ROBERT V. KAIL
JOHN C. CAVANAUGH

HUMAN DEVELOPMENT

NGHIÊN CỨU VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI


NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

Nghiên cứu về sự phát triển

CON NGƯỜI

ROBERT V. KAIL
JOHN C. CAVANAUGH

Nghiên cứu về sự phát triển CON NGƯỜI



Người dịch: TS. Nguyễn Kiên Trường
(Trung tâm dịch thuật TP.HCM)
Hiệu đính: TS. Lê Sơn


NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN

NGHIÊN CỨU VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

ROBERT V. KAIL - JOHN C. CAVANAUGH

Chịu trách nhiệm xuất bản
BÙI VIỆT BẮC

Chịu trách nhiệm bản thảo
PHẠM NGỌC LUẬT

Biên tập	:	Hà Nguyên Thạch
Trình bày	:	Trần Nhung
Vẽ bìa	:	Hs Nguyễn Hùng
Sửa bản in	:	Hà Nguyên Thạch

NHÀ XUẤT BẢN VĂN HÓA THÔNG TIN
43 Lò Đúc - Hà Nội
☆☆☆



Liên kết xuất bản :

CTY VĂN HÓA MINH TRÍ - NS. VĂN LANG
25 Nguyễn Thị Minh Khai, Q.I, TP.HCM
ĐT : 8.242157 - 8233022 - Fax : 84.8.235079

In 1000 cuốn khổ 19x27cm tại Xưởng in CN Trung Tâm Hội Chợ Triển Lãm Việt Nam. Giấy đăng ký KHXB số 126-2005/CXB/44-160/VHTT. In xong và nộp lưu chiểu quý 3 năm 2006.

Lời nhà xuất bản

NGHIÊN CỨU VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI là bộ sách dành cho sinh viên theo học các khóa trình khoa học về sự phát triển Tâm – sinh lý con người (cá nhân) trong xã hội hiện đại, qua đó cũng khẳng định chính con người tạo ra vận mệnh của chính mình.

Với sự hiểu biết sâu rộng về các ngành khoa học xã hội và tự nhiên bao gồm Sinh học, Di truyền học, Tâm lý học, Dân tộc học, Xã hội học v.v... hai tác giả Robert V. Kail và John C. Cavanaugh (người Mỹ) đã khảo chứng những luận điểm của mình bằng những trắc nghiệm khoa học và sự so sánh đúng đắn.

Trong sách, các tác giả trình bày sự hình thành, phát triển tâm - sinh lý con người (cá nhân) từ khi là thai nhi cho đến khi mất đi mà con người phải thử nghiệm, cùng với những thực tế gì sẽ tạo ra và thúc đẩy sự định hình tâm sinh lý đó (hoàn cảnh gia đình, môi trường xã hội – trường học, hội đàm, nơi làm việc... – bệnh tật, môi trường tự nhiên v.v...), đồng thời nêu ra những phúc lợi xã hội nên và cần có để đảm bảo cho tâm sinh lý con người phát triển thành những nhân cách có lợi cho xã hội, cho nhân loại.

Giáo trình này viết ra chủ yếu dùng để giảng dạy ở các trường Đại học Mỹ, đồng thời sự khảo sát của các tác giả không bao giờ toàn diện (một thực tế của khoa học nói chung) nên bạn đọc cần đối chiếu liên hệ với hoàn cảnh con người Việt Nam, xã hội Việt Nam. Đó cũng là điều cuối cùng chúng tôi muốn gửi tới bạn đọc khi đọc cuốn sách này.

Xin trân trọng cảm ơn.

Nhà xuất bản Văn hóa Thông Tin

Mục Lục

Lời tựa

(của lần tái bản)

"Dũng cảm đi đến nơi trước đây chưa hề có người đến" là câu nói quen thuộc đối với hàng triệu người hâm mộ *Star Trek* trên khắp thế giới. Khao khát tìm hiểu điều chưa biết để mở rộng thêm kiến thức và hiểu biết của chúng ta là một đặc điểm cơ bản của con người. Dũng cảm đi đến nơi chưa ai biết cũng là điều mà mỗi người trong chúng ta đang làm trong tiến trình phát triển của mình. Thật ra không ai trong chúng ta đã từng ở nơi mà chúng ta đang nhắm đến, mà thực sự là chúng ta đang tạo ra vận mệnh của chính mình.

Cũng giống như tất cả thuyền trưởng tài giỏi điều khiển con tàu vũ trụ đều dựa vào ngân hàng dữ liệu máy tính và sổ tay hướng dẫn kỹ năng để giúp họ vượt qua dải ngân hà. Tác phẩm "Nghiên cứu sự phát triển con người" dùng trong việc mô tả các khía cạnh trong quá khứ của bạn và hướng bạn về tương lai. Nghiên cứu sự phát triển con người vừa là ngành khoa học phức tạp nhất và cũng quyến rũ nhất. Sách của chúng tôi giới thiệu cho bạn các vấn đề, các tác động và các kết quả làm cho chúng ta có hình hài như hiện nay.

Nghiên cứu đương đại và lý thuyết về sự phát triển con người luôn nhấn mạnh đến tiếp cận gồm nhiều môn học cần thiết để mô tả và giải thích con người thay đổi ra sao qua thời gian. Ngoài ra sự đa dạng rất lớn của con người đòi hỏi phải đánh giá đúng sự khác biệt ở cá nhân trong tiến trình phát triển. Tác phẩm "Nghiên cứu sự phát triển con người" kết hợp cả hai, mục đích nhằm giải quyết ba mục tiêu cụ thể:

- Cung cấp lời giải thích toàn diện và rất dễ đọc về sự phát triển suốt quãng đời của con người.
- Cung cấp cơ sở lý thuyết và thực nghiệm giúp sinh viên trở thành những người giải thích thông tin phát triển có trình độ và phê phán.
- Cung cấp sự phối hợp giữa nghiên cứu cơ bản và ứng dụng cũng như các chủ đề gây nhiều tranh cãi và xu hướng hiện nay, để chứng minh những liên kết giữa phòng thí nghiệm và đời sống với ngành khoa học năng động nghiên cứu con người.

CÁCH SẮP XẾP

A. *Tiếp cận theo biến đổi niên đại.* Cuộc tranh luận lớn giữa các tác giả và trợ giáo trong lãnh vực phát triển con người là liệu tiếp cận nghiên cứu từ một *tiếp cận theo niên đại* (tập trung vào chức năng hoạt động ở các giai đoạn cụ thể trong quãng đời chẳng hạn như tuổi ẫm ngửa, thời thanh niên và giữa tuổi trưởng thành), hoặc từ một *tiếp cận theo chủ đề* (bám sát khía cạnh phát triển cụ thể chẳng hạn như nhân cách trong suốt quãng đời). Cả hai tiếp cận đều có giá trị. Chúng tôi chọn tiếp cận biến đổi theo niên đại mà chúng tôi nghĩ kết hợp được các khía cạnh tốt nhất của cả hai. Cách sắp xếp chung của sách giáo khoa là theo niên đại: chúng tôi lần theo sự phát triển từ lúc thụ thai cho đến khi về già trong một trật tự theo chuỗi, dành ra nhiều chương cho các vấn đề theo chủ đề gắn liền với các vấn đề cụ thể trong suốt đời người (chẳng hạn như tuổi ẫm ngửa và đầu thời thơ ấu, tuổi thanh niên, đầu tuổi trưởng thành, giữa tuổi trưởng thành và về già).

Nhưng vì tính liên tục phát triển của các chủ đề chẳng hạn như sự phát triển xã hội và nhận thức đã đánh mất những sự phân chia giai đoạn theo độ tuổi nhân tạo một cách tỉ mỉ, chúng tôi dành một số chương để lần theo sự phát triển của chúng qua các phân đoạn lớn hơn của đời người. Những chương này cung cấp một mô tả súc tích hơn nhiều về những thay đổi phát triển quan trọng, nhấn mạnh rằng sự phát triển không dễ chia thành "các lớp", và cung cấp cho sinh viên lời giải thích dễ hiểu hơn về lý thuyết phát triển.

Phạm vi đề cập cân xứng của toàn bộ đời người. Sự khác biệt chính giữa tác phẩm *"Nghiên cứu sự phát triển con người"* (tái bản) và các sách giáo khoa tương tự ở chỗ quyển sách này cung cấp một mô tả phong phú hơn và đầy đủ hơn về sự phát triển ở người lớn và tuổi già. Tiếp theo sau chương giới thiệu, 14 chương còn lại được chia đều giữa các chương nói về thời thơ ấu và tuổi thanh niên với các chương đề cập tuổi trưởng thành và tuổi già. Cách xử lý đồng đều này phản ánh sự nổi bật nhanh chóng trong sự phát triển ở người lớn và tuổi già như thể là điều chủ yếu trong ngành khoa học nghiên cứu sự phát triển con người, và nhận thức rằng hầu hết khoảng ¾ trong đời sống của con người diễn ra ở quá tuổi thanh niên.

Như một phản ánh của tiếp cận biến đổi theo niên đại của chúng tôi, tác phẩm *"Nghiên cứu sự phát triển con người"* (tái bản) được chia thành bốn phần chính. Sau phần giới thiệu về ngành khoa học nghiên cứu sự phát triển con người (Chương 1), Phần Một đề cập cơ sở Sinh học của đời sống (Chương 2) và sự phát triển trong tuổi ẫm ngửa và đầu thời thơ ấu (Chương 3 – 5). Phần Hai tập trung đề cập đến sự phát triển ở giữa thời thơ ấu và tuổi thanh niên (Chương 6 – 8). Phần Ba (Chương 9 – 12) tập trung đề cập đến đoạn đầu và giữa của tuổi trưởng thành. Phần Bốn khảo sát cuối tuổi trưởng thành (Chương 13 và 14), và kết thúc bằng sự khảo sát lúc hấp hối và mất đi người thân (Chương 15).

NỘI DUNG VÀ TIẾP CẬN

Nhấn mạnh Tâm sinh học xã hội. Cuốn sách giáo khoa này của chúng tôi cung cấp một cách bao quát, có cập nhật về nghiên cứu và lý thuyết từ lúc thụ thai cho đến tuổi già và cái chết. Chúng tôi dứt khoát chấp nhận khuôn khổ Tâm sinh học xã hội làm chủ đề quán xuyến, mô tả thật chi tiết trong Chương 1, rồi sau đó kết hợp trong suốt cuốn sách – thường kết hợp với các thuyết về phát triển khác.

Phong cách thu hút cá nhân. Trong một số trường hợp, chúng tôi truyền đạt sự quan tâm của chúng tôi về các vấn đề được đề cập như những minh họa sự phát triển con người mà bản thân nó đóng vai trò như thế nào trong đời sống con người. Chẳng hạn, Rob Kail cung cấp một số kinh nghiệm phát triển của con ông, và John Cavanaugh chia sẻ kinh nghiệm sai lầm trong hôn nhân của ông và vợ. Ngoài ra, mỗi tiết chính trong chương đều mở đầu bằng một minh họa ngắn, giúp nhân cách hóa một khái niệm sắp đề cập. Các minh họa phong phú khác được kết hợp trong suốt phần tường thuật trong sách này, được trình bày trong đặc điểm người thật có trong từng chương. Sau cùng, chúng tôi khuyến khích sinh viên tìm các minh chứng về vấn đề phát triển ngoài đời thực trong phần Tự tìm hiểu.

Nhấn mạnh đến tính chất toàn bộ. Trong phần nội dung, trong các minh chứng nhân cách hóa được sử dụng, và trong chương trình chụp ảnh, chúng tôi nhấn mạnh đến tính đa dạng – ở Mỹ và khắp thế giới – về tính tộc người, giới tính, chủng tộc, độ tuổi, khả năng và định hướng tình dục.

Thay đổi trong lần tái bản. Ngoài việc cập nhật vài trăm lời trích dẫn tham khảo mới cho đến các công việc từ bốn năm trước, chúng tôi đã có nhiều thay đổi đáng kể trong từng chương. Đáng chú ý là những bổ sung cụ thể như sau:

- Bổ sung thêm trọn một phần mới vào cuối Chương 3 Nhận thức về cái tôi, với nội dung đề cập nguồn gốc khái niệm về cái tôi và "lý thuyết trí tuệ" của trẻ em.
- Bổ sung thêm một phần mới quan trọng vào Chương 5 Xuất hiện cảm xúc, đề cập cảm xúc cơ bản và phức tạp ở trẻ tuổi ẵm ngửa và trẻ nhỏ, bao gồm một phần phụ về nhận thức và sử dụng cảm xúc của người khác.
- Trong Chương 7, toàn bộ một phần mới được bổ sung vào phần Tìm hiểu người khác, bao gồm phần mô tả trẻ em và tìm hiểu ngời khác, và nghiên cứu thành kiến ở trẻ.
- Phần viết về Tình bạn trong Chương 10 đã được mở rộng, với một phần phụ mới về ý nghĩa tình bạn, và dữ liệu mới về các chủ đề trong tình bạn ở người lớn.
- Trong Chương 13, nghiên cứu mới có ý nghĩa về khái niệm trí nhớ hoạt động ở người già được thêm vào thành một phần phụ mới.
- Bổ sung thêm một phần mới Vấn đề chính sách công và người già trong Chương 14, với các phần phụ mới trong mục Cảnh quan chính trị, Hoạt động chính trị, An sinh xã hội và Chăm sóc y tế.

Nhằm cung cấp một hướng dẫn cải tiến mở rộng trong lần tái bản, chúng tôi tiếp tục liệt kê những thay đổi chính bằng chương sách.

Chương 1: Nghiên cứu sự phát triển con người

- Phần Cách sử dụng quyển sách này được đưa từ cuối chương lên đầu chương.
- Xem lại toàn bộ và mở rộng phần Nghiên cứu phát triển, nhấn mạnh các bước thực tế do các nhà nghiên cứu tiến hành cũng là cơ sở định dạng đặc điểm nghiên cứu nổi bật trong lần tái bản, cung cấp một cái nhìn thực tế hơn trong một loạt các quyết định của các nhà nghiên cứu.
- Xem lại toàn bộ phần Erikson, thuyết Tập quen và Piaget để dễ hiểu hơn.
- Tiết Tiến hành nghiên cứu về mặt đạo đức được xem lại và mở rộng, nhấn mạnh vào hướng dẫn quan trọng được các tổ chức nghiên cứu chuyên nghiệp sử dụng.
- Tất cả các phần tiểu dẫn mới được bổ sung vào để mở đầu từng tiết trong

chương này, cung cấp cho bạn đọc một kịch bản có thể tiếp cận để giúp bạn đọc tìm hiểu tư liệu tiếp theo sau.

Chương 2: Cơ sở Sinh học

• Phần mở đầu viết về Di truyền học được sắp xếp lại và cập nhật.

• Bổ sung hai hình ảnh mới vào phần Từ thụ thai đến lúc sinh – mô tả đầu tiên bằng hình ảnh các giai đoạn thụ tinh ban đầu, sự phát triển hợp tử và cấy vào thành tử cung, hình ảnh thứ hai cung cấp một cái nhìn chi tiết về môi trường phát triển của phôi.

• Nội dung hội chứng chất cồn trong thai, dẫn chứng nghiên cứu gần đây về hậu quả sinh quái thai khi uống rượu.

• Tiết Tiếp cận sự sinh đẻ được xem lại để cung cấp chi tiết hơn về các loại sinh đẻ và thông tin về việc sinh con tại nhà.

• Bổ sung phần phụ mới về Tỉ lệ tử vong ở trẻ em, nêu rõ do không đi khám thai định kỳ là nguyên nhân chính giải thích tại sao tỉ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh ở Mỹ tương đối cao hơn các nước công nghiệp hóa khác.

• Tiết đẻ và sổ nhau kết thúc chương, nội dung phần Trẻ sơ sinh đổi thành phần mở đầu trong Chương 3.

Chương 3:
Công cụ tìm hiểu thế giới

• Chương mở đầu bằng nội dung Trẻ sơ sinh, từ Chương 2 chuyển sang.

• Bổ sung toàn bộ một phần mới quan trọng về nhận thức cái "Tôi", bao gồm nội dung nói về sự phát triển nhận biết cái "Tôi", thuyết Trí tuệ và khái niệm về cái "Tôi".

• Mục mới đặc điểm người thật "Thấy là tin..." đối với trẻ ba tuổi, tập trung đề cập trẻ trước tuổi đến trường nhận thức hành vi của người khác bằng cách nào đôi lúc bị suy nghĩ nhầm lẫn định hướng.

• Bổ sung phần phụ mới về Hội chứng đột tử ở trẻ em (SIDS), với lời khuyên phụ huynh và người chăm sóc giảm bớt các yếu tố rủi ro từ môi trường.

Chương 4:
Sự xuất hiện tư duy và ngôn ngữ

• Giới thiệu tiết về thuyết của Piaget (Nguyên tắc phát triển nhận thức cơ bản) được sửa lại, và phần phụ nói về Đánh giá thuyết Piaget bao gồm một số ý kiến xem xét lại tích cực về lý thuyết của ông thay vì chỉ trích.

• Tiết "Nghiên cứu nổi bật" nói về các bà mẹ làm gì trong các nền văn hóa khác nhau bắc giàn cho việc tập quen của con trẻ?

• Tiết Tự tìm hiểu mới về "Suy nghĩ tiền hoạt động trong hành động", khuyến khích bạn đọc tiến hành thí nghiệm bảo toàn Piaget ở trẻ 3 – 4 tuổi.

• Thêm bảng tóm tắt mới vào thể hiện các cột mốc thủ đắc ngôn ngữ.

Chương 5:
Gia nhập thế giới xã hội

• Thêm vào trọn một tiết mới về "Xuất hiện cảm xúc", bao gồm cảm xúc cơ bản và phức tạp.

• Tiết "Nghiên cứu nổi bật" mới về lòng vị tha, tựa đề "Trẻ thấu cảm có nhiều khả năng giúp đỡ hay không? "

• Viết lại phần ảnh hưởng của chăm sóc ban ngày, nhấn mạnh chứng cứ trong "Nghiên cứu chăm sóc trẻ ban đầu NICHD".

• Sắp xếp lại "Niềm vui khi chơi đùa", thêm vào phần phụ mới về ảnh hưởng của bố mẹ đối với sự chơi đùa của trẻ.

• Nội dung mới mô tả sự khác biệt độ tuổi và văn hóa.

• Thông tin cập nhật về dữ liệu thống kê để nhận dạng việc chăm sóc ban ngày.

• Tiết phụ "Phân loại giới tính" (trước đây là Phân loại phái) bao gồm nội dung mới về ảnh hưởng của bạn cùng tuổi, bổ sung nội dung mới vào Nhận dạng giới tính.

Chương 6: Tuổi đến trường

• Sắp xếp lại nội dung về trường học, với hai tiết chính lấy từ lần xuất bản đầu tiên (Trường học hiệu quả và giáo viên dạy tốt, và phân loại trường học ở Mỹ) kết hợp thành một phần tựa đề "Học tập trong nhà trường", và được sắp xếp lại, tập trung vào những đặc điểm xác định trường học hiệu quả và đặc điểm xác định giáo viên dạy tốt.

• Tiết "Tranh luận hiện nay về Máy vi tính trong lớp học", dựa vào tiết phụ trong lần xuất bản đầu tiên, mô tả cơ hội được máy tính hỗ trợ cũng như đề cập những quan ngại về ảnh hưởng tiêu cực đối với sinh viên.

• Nội dung cập nhật, được xem lại trong các tiết viết về giám sát, thuyết đa trí năng của Gardner, ảnh hưởng di truyền và môi trường đối với trí năng, và giảm thiểu trí năng.

Chương 7: Mở rộng chân trời xã hội

• Bổ sung tiết mới quan trọng về "Tìm hiểu người khác", bao gồm công trình mô tả của trẻ em và tìm hiểu người khác, và nghiên cứu thành kiến ở trẻ.

• Bổ sung nội dung lý thuyết ban đầu của Harry Stack Sullivan về việc tình bạn giữa cá nhân với nhau tiếp theo sau một chuỗi giống như giai đoạn ra sao.

• Tiết "Nghiên cứu nổi bật" về các hậu quả lâu dài của được ưa thích và bị hất hủi

• Tiết "Người thật việc thật" Kể tôi nghe về cô gái bạn thích nhất được thêm vào tiết mới Tìm hiểu người khác. Tiết này so sánh suy nghĩ của cùng một bé gái ở 3 độ tuổi (7, 10 và 16) theo nghĩa cô nhận thấy mình là cô bé dễ mến nhất và lý do tại sao.

• Sắp xếp lại nội dung ngược đãi trẻ.

Chương 8: Nghi thức chuyển sang tuổi mới lớn

• Chứng cuồng thực được đề cập cùng với chứng biếng ăn trong tiết phụ Rối loạn ăn uống.

• Tiết mới "Nghiên cứu nổi bật" tập trung vào Nhận dạng ở trẻ em làm con nuôi giữa các chủng tộc.

• Tiết phụ "Định hướng tình dục" bao gồm thông tin mới về một số thử thách đặc biệt mà nam đồng tính và nữ đồng tính thường gặp.

• Tiết "Tự tìm hiểu mới" nói về nhận biết nhiều hơn về tấn công tình dục trong khu trường sở.

• Nội dung "Nguyên nhân phạm pháp" được sắp xếp lại hoàn toàn, nhấn mạnh sự phân biệt giữa hành vi phản xã hội trong quá trình sống và hạn chế tuổi thanh niên.

• Tiết "Tranh luận hiện nay" nêu bật vấn đề khi trẻ phạm trọng tội có bị xét xử như người lớn hay không?

Chương 9: Trở thành người lớn

• Tiết "Tranh luận hiện nay" về tình trạng chè chén say sưa trong trường đại học, bao gồm một số chiến lược cơ bản nhằm cố giải quyết hiện tượng nguy hiểm, phổ biến này.

• Trong tiết "Điều gì diễn ra đối với trí năng ở tuổi trưởng thành?" Với thảo luận rõ ràng hơn bao gồm tính chất giả thuyết của khả năng trí tuệ sơ cấp và thứ cấp.

Chương 10: Mối quan hệ trong tuổi trưởng thành

• Tiết "Tình bạn được mở rộng đáng kể", với tiết mới viết về ý nghĩa tình bạn và nội dung mới về chủ đề tình bạn ở người lớn.

• Tiết phụ về "Sống độc thân và Chung sống như vợ chồng" được xem lại rất nhiều, nội dung Chung sống như vợ chồng được cập nhật bao gồm sự liên kết dễ vỡ hơn giữa nó và tính bất ổn trong hôn nhân.

• Tiết "Hôn nhân" bao gồm thảo luận dữ liệu phức tạp liên quan đến ảnh hưởng thỏa mãn hôn nhân khi sinh con, bệnh tật, giao tiếp và nhu cầu việc làm – gia đình.

• Nghiên cứu bổ sung về kết quả thành công của hầu hết con cái có bố mẹ là nam đồng tính và nữ đồng tính.

• Tiết phụ "Chọn bạn" bao gồm nội dung về kết bạn phù hợp, thuyết kích thích – giá trị – vai trò và sự gắn bó trong tuổi trưởng thành.

• Tiết "Tranh luận hiện nay" Hôn nhân giao kèo, một tùy chọn mới ở Louisiana nhằm mục đích ràng buộc các đôi vợ chồng chung sống với nhau.

• Thảo luận chuyện không sinh con bao gồm sự khác biệt giữa nguyên nhân tự nguyện và không tự nguyện.

Chương 11: Làm việc và giải trí

• Tiết "Người thật việc thật" về việc đổi nghề để tìm công việc vừa ý.

• Chứng cứ nghiên cứu mới cụ thể được bổ sung vào tiết "Bạn có thể ngạc nhiên" về các đôi vợ chồng cả hai đều đi làm giải quyết sự phân chia lao động và mâu thuẫn giữa công việc và gia đình ra sao?

• Tiết "Định kiến và đối xử phân biệt" được xem lại và cập nhật, nhiều dữ liệu và biểu đồ mới về sự chênh lệch mức lương giữa hai phái và các vấn đề phát triển liên quan.

• Thảo luận nghiên cứu mới về quấy rối tình dục và hậu quả, thảo luận quấy rối tình dục trong khu trường sở.

• Tiết "Làm việc và gia đình" được xem lại nhiều, với tiết phụ "Tình huống khó xử" về chăm sóc trẻ còn lệ thuộc tập trung vào việc chăm sóc trẻ còn phải sống lệ thuộc và bố mẹ già, phần phụ mới về phản ứng của nhà tuyển dụng đối với việc chăm sóc con còn sống lệ thuộc, tập trung vào tác động đối với nhân viên chăm sóc con còn sống lệ thuộc, sắp xếp lại tiết "Đa vai trò và mâu thuẫn vai trò", nghiên cứu nhiều hơn về tác động mâu thuẫn công việc – gia đình.

• Tính chất giãn đoạn của phụ nữ khi tham gia lực lượng lao động được khảo sát.

Chương 12: Trải qua tuổi trung niên

• Biên soạn lại phần viết về bệnh loãng xương.

• Chứng cứ mới liên quan liệu pháp thay thế nội tiết tố và kích tố động dục kết hợp thành tiết "Tắc dục và thời kỳ mãn kinh".

• Cách giải quyết bổ sung trong tiết "Trí năng thực tế".

• Tiết "Nhân cách" được xem lại, sắp xếp lại, bổ sung phần phụ mới về "Định nghĩa người ở tuổi sinh sản?"

• Tiết phụ "Thuyết chuyển tiếp đời sống và khủng hoảng tuổi trung niên" được tập trung thành quá trình chuyển tiếp, và kết hợp nghiên cứu mới, thêm vào tiết "Tính phục hồi bản ngã" và được bổ sung thành từ khóa trong phần nội dung sửa chữa.

• Đề cập đến phụ nữ trong tư cách người chăm sóc trẻ, lưu ý sự khác biệt

dân tộc và trích dẫn, mô tả một số chứng cứ nghiên cứu gần đây.

• Nội dung "Cách làm ông" được viết lại.

Chương 13: Bối cảnh riêng của tuổi già

• Trong tiết "Nhân khẩu học tuổi già", có biểu đồ mới của Cục thống kê Mỹ gần đây đưa ra dự đoán sẽ tăng dân số người Mỹ cao tuổi cho đến giữa thế kỷ 21, phân tích theo từng nhóm dân tộc.

• Tiết "Tranh luận hiện nay", xử lý thông tin trong đời sống thường nhật: lái xe lớn tuổi, bao gồm ý nghĩa quan trọng trong đánh giá Tầm nhìn hữu dụng của lái xe lớn tuổi.

• Tiết phụ mới bổ sung vào Trí nhớ hoạt động, viện dẫn nghiên cứu gần đây.

• Tiết Trí nhớ được xem lại và cập nhật, có nhiều minh họa mới và bổ sung bảng hỗ trợ trí nhớ ẩn bên trong và ẩn bên ngoài.

• Bổ sung tiết phụ mới Tính sáng tạo, với một biểu đồ mới thể hiện những năm sáng tạo đỉnh cao trong một số môn học, và dựa vào công trình nghiên cứu gần đây.

• Bổ sung nội dung mới về bệnh Alzheimer, bao gồm sự liên kết với mức kích tố động dục, nghiên cứu di truyền học gần đây, tràn dịch não áp lực bình thường như một điều kiện được chẩn đoán khác với bệnh Alzheimer và sự khác biệt trong quá trình và chẩn đoán sự mất trí do mạch và bệnh Alzheimer.

Chương 14: Khía cạnh xã hội của tuổi già

• Khái niệm hỗ trợ tinh thần được bổ sung vào phần tôn giáo.

• Khái niệm bổ sung "giòn" và "vết nhơ" trong khi về hưu, với dữ liệu mới được bao gồm trong việc điều chỉnh trong thời gian nghỉ hưu.

• Tiết Sự khác biệt trong lúc nghỉ hưu giữa hai phái được biên soạn lại.

• Khái niệm tính chọn lọc cảm xúc xã hội được bổ sung vào phần phụ Tình bạn.

• Bổ sung phần Vấn đề chính sách công và người cao tuổi, với 4 tiết phụ về Cảnh quan chính trị, Hoạt động chính trị, An sinh xã hội và Chăm sóc y tế.

• Bổ sung thảo luận lời nói ra vẻ kẻ cả và hiện tượng ấu nhi hóa được bổ sung vào nội dung nhà dưỡng lão và thông tin mới được cung cấp để chọn nhà dưỡng lão.

Chương 15: Hấp hối và sự mất đi người thân

• Tiết phụ "Cái chết không đau", được xem lại bao gồm phán quyết của Tòa án tối cao Mỹ và luật Cái chết với chân giá trị Oregon, và mô tả lệnh "Không hồi sức".

• Tiết "Tranh luận hiện nay", được xem lại để tập trung vào tự tử có sự hỗ trợ của thầy thuốc.

• Bổ sung nhiều nội dung về kinh nghiệm với cái chết ở tuổi thanh niên.

• Thuyết Quyến luyến như một khuôn khổ tìm hiểu sự đau buồn.

• Tiết phụ mới về Sợ chết được bao gồm trong tiết "Quá trình hấp hối".

• Tiếp cận hấp hối được bổ sung như một biện pháp thay thế cho Kbler-Ross.

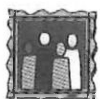
• Tiết "Tự tìm hiểu mới về Đám tang", khuyến khích sinh viên tham quan nhà tang lễ để tìm hiểu về tùy chọn và chi phí khác nhau.

• Tiết nói về sự đau buồn được xem lại để nhấn mạnh quá trình hơn là Thuyết Đau buồn theo giai đoạn, chi tiết bổ sung được bao gồm trong đau buồn dự đoán.

ĐIỂM ĐẶC BIỆT

Sáu điểm đặc biệt là lý do rất quan trọng giải thích tại sao cuốn sách giáo khoa này độc đáo. Những đặc điểm này được đan quyện thành thể văn tường thuật trong mỗi tiết đều có biểu tượng dễ hiểu. 6 điểm này bao gồm:

- **Nghiên cứu nổi bật** 

- **Bạn có thể ngạc nhiên** 
- **Tranh luận hiện nay** 
- **Tự tìm hiểu** 
- **Người thật việc thật** 
- **Tác động hiện hành** 

Những điểm này được mô'tả trong tiết Cách sử dụng quyển sách này trong Chương 1, vào mỗi điểm xuất hiện gần như trong từng chương sau đó.

Trong lần tái bản, mỗi điểm Nghiên cứu nổi bật được định dạng lại để nhấn mạnh phương pháp luận được sử dụng trong tất cả nghiên cứu phát triển. Mỗi Nghiên cứu nổi bật có cùng định dạng giúp bạn đọc thấy rõ vấn đề chính cần xem xét để đánh giá từng công trình nghiên cứu phát triển.

- Ai là nhà điều tra và mục đích nghiên cứu là gì?
- Nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm ra sao?
- Ai tham gia nghiên cứu?
- Thiết kế nghiên cứu là gì?
- Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu không?
- Kết quả ra sao?
- Nhà điều tra có kết luận gì?

Trong lần tái bản mới này, có sự nổi bật khác nằm ở phần lề sách kế bên mỗi phần Tranh luận hiện nay, bạn sẽ nhìn thấy biểu tượng **InfoTrac College Edition®** và lời gợi ý ngắn gọn, với mục từ khóa đề nghị. Chẳng hạn, trong Chương 2, Tranh luận hiện nay là Thụ thai trong thế kỷ 21, từ khóa là "thụ tinh trong ống nghiệm". Đối với sinh viên được giáo sư đề nghị chọn sách giáo khoa này cùng với InfoTrac, thì sinh viên sẽ nhận được phiếu đăng ký trong 4 tháng truy cập thư viện trực tuyến này với hàng trăm tạp chí chuyên ngành, và có thể tiếp cận các bài báo hiện hành (chứ không phải tham khảo bài báo hữu ích) liên quan đến chủ đề (chẳng hạn thụ tinh trong ống nghiệm) trong Tranh luận hiện nay. Điều này tạo ra một cơ hội đặc biệt để tìm cơ sở dữ liệu cần thiết qua tạp chí chuyên ngành của InfoTrac để tìm bài viết mới nhất.

Nhiều điểm đặc biệt được cập nhật và được xem lại trong lần tái bản thứ 2, thay thế hoặc bổ sung rất nhiều. Điểm mới trong lần tái bản này:

- Trong Chương 3, tiết Người thật việc thật "Thấy là tin..." đối với trẻ ba tuổi.
- Trong Chương 4, tiết Nghiên cứu nổi bật mới. Các bà mẹ làm gì trong các nền văn hóa khác nhau bắc giàn cho việc tập quen của con trẻ? Và phần Tự tìm hiểu mới Suy nghĩ tiền hoạt động trong hành động.
- Trong Chương 5, tiết Nghiên cứu nổi bật mới Trẻ thấu cảm có nhiều khả năng giúp đỡ hay không?
- Trong Chương 6, tiết Tranh luận hiện nay mới Máy vi tính trong lớp học.
- Trong Chương 7, tiết Nghiên cứu nổi bật mới Hậu quả lâu dài của được ưa

thích và bị hất hủi và phần Người thật việc thật mới tựa đề Kể tôi nghe về cô gái bạn thích nhất.

• Trong Chương 8, tiết Nghiên cứu nổi bật mới Nhận dạng ở trẻ em làm con nuôi giữa các chủng tộc, phần Tự tìm hiểu mới Nhận biết nhiều hơn về tấn công tình dục trong khu trường sở và phần Tranh luận hiện nay mới Khi trẻ phạm trọng tội có bị xét xử như người lớn hay không?

• Trong Chương 9, tiết Tranh luận hiện nay mới Tình trạng chè chén say sưa trong trường đại học

• Trong Chương 10, tiết Tranh luận hiện nay mới "Hôn nhân giao kèo", cách ràng buộc vợ chồng chung sống?

• Trong Chương 11, tiết Người thật việc thật mới Đổi nghề để tìm công việc vừa ý.

• Trong Chương 13, tiết Tranh luận hiện nay mới Xử lý thông tin trong đời sống thường nhật: lái xe lớn tuổi

• Trong Chương 15, tiết Tự tìm hiểu mới về Đám tang.

ĐIỂM MỚI TRONG LẦN TÁI BẢN THỨ HAI

Trong lần tái bản này, chúng tôi bổ sung 2 điểm mới, cả hai dùng để minh họa các chủ đề quan trọng. Thứ nhất, ***Cận cảnh,*** mở đầu mỗi phần trong số bốn tiết chính của giáo trình bằng một tiểu luận ảnh chụp ngắn về sự phát triển của một cá nhân cụ thể rằng dải độ tuổi được đề cập trong phần ấy. Chẳng hạn, phi hành gia trở thành thượng nghị sĩ trở thành phi hành gia John Glenn được đề cập trong phần Cận cảnh mở đầu tiết Bốn. Trong khi cá nhân rất nổi tiếng và phi thường được nêu ra thì sự thành công của họ trong các giai đoạn đời sống khác nhau là minh họa cho sự phát triển con người suốt một đời.

Điểm mới thứ 2 trong lần tái bản này là kết thúc mỗi tiết trong số bốn tiết chính trong sách giáo khoa: *Điểm qua sự phát triển: Tóm tắt bằng hình ảnh.* Những mở rộng bằng hình ảnh này tóm tắt các tác động Sinh học, Tâm lý học và văn hóa xã hội góp phần phát triển qua niên đại được đề cập trong phần ấy. Bằng việc mô tả thật súc tích kết quả của những tác động này, rồi sau đó sử dụng hình ảnh tiêu biểu trong các chương vừa đề cập, Điểm qua sự phát triển củng cố các chủ đề phát triển Tâm sinh học xã hội chính trong mỗi phần thông qua gợi ý bằng hình ảnh.

ĐẶC ĐIỂM SƯ PHẠM

Trong số các khía cạnh quan trọng nhất của sách *"Nghiên cứu về sự phát triển con người": Suốt cả quãng đời, (tái bản)* là sự kết hợp đặc biệt các đặc điểm sư phạm, được thiết kế để giúp sinh viên tối đa hóa hiểu biết của mình.

• ***Kết hợp hình ảnh, nghệ thuật, đặc điểm, và từ khóa.*** Một trong điều đầu tiên bạn nhận thấy trong khi dàn trang là hình ảnh, bảng biểu và con số không có thuyết minh, nhưng được mô tả trực tiếp trong giáo trình. Tương tự, sáu đặc điểm vừa mô tả, thường được đặt riêng trong khung trong sách giáo khoa khác (khung sinh viên thường bỏ sót không đọc!) và được kết hợp trực tiếp vào trong thể văn tường thuật. Tiếp tục chủ đề tích hợp này, định nghĩa từ khóa được cung cấp trong bối cảnh tường thuật trong chương. Từ khóa được in bằng mực đỏ (điểm mới trong lần tái bản này) và các câu định nghĩa được in nghiêng. Sự tích hợp này có nghĩa là giúp sinh viên luôn tập trung, cung cấp sự trình bày phát triển con người trong suốt cuộc đời.

• ***Tính sư phạm trong từng tiết.*** Mỗi tiết quan trọng (mỗi Chương có 4

hoặc 5) được biên soạn kỹ lưỡng: mở đầu bằng một tập hợp **mục tiêu nghiên cứu, minh họa**, và **tóm tắt nội dung** trong tiết ấy, thông thường bao gồm một hay nhiều **Vấn đề cần suy nghĩ** ngoài lề sách (điểm mới trong lần tái bản này), và kết thúc bằng một loạt câu hỏi gọi là **Tự kiểm tra** củng cố các yếu tố quan trọng của tiết.

• *Tính sư phạm trong từng chương.* Mỗi chương bắt đầu bằng **bảng nội dung** và phần **Giới thiệu** vắn tắt. Tiết **Kết hợp tất cả lại với nhau** tiếp theo sau tiết sau cùng của chương để nối kết các chủ đề chính trong chương lại với nhau (thường ám chỉ cá nhân được mô tả trong phần minh họa), và bao gồm **Tóm tắt** chi tiết (chia theo tiết), tiếp theo sau là liệt kê **Từ khóa**, và **Nếu bạn muốn tìm hiểu chi tiết**. Đối với lần tái bản thứ hai, chúng tôi mở rộng **Nếu bạn muốn tìm hiểu chi tiết** để bao gồm **InfoTrac College Edition** (thư viện đại học trực tuyến), một loạt **Trang Web** liên quan với nội dung của chương, được xem là tài nguyên bổ sung cho **Trang web trung tâm nghiên cứu tâm lý học Wadsworth**.

Tóm lại chúng tôi nghĩ rằng hệ thống sư phạm tích hợp của mình sẽ cung cấp cho sinh viên có được tất cả công cụ cần thiết để hiểu được tài liệu và thành công trong các kỳ thi.

TÀI LIỆU BỔ SUNG

Một dải rộng tài liệu bổ sung hiện có sẵn để dùng kèm với sách giáo khoa này:

Đối với Trợ giảng:

• *Sổ tay dành cho trợ giảng.* Sổ tay dành cho trợ giảng trong lần tái bản do Jessica Miller Đại học bang Mesa biên soạn, rất nhiều tư liệu bao gồm Mục tiêu hướng dẫn và chiến lược giảng dạy, Phác họa chương, Mục tiêu nghiên cứu, Công cụ mở rộng bài giảng, Hoạt động trong lớp, Câu hỏi khuyến khích suy nghĩ có phê phán, Hoạt động trang web, Kết hợp với InfoTrac College Edition và Phương tiện Video. Sổ tay dành cho trợ giảng cũng bao gồm hướng dẫn chuyển tiếp nhằm giúp trợ giảng dễ chuyển từ một giáo trình quan trọng sang dùng sách giáo khoa tái bản lần thứ hai của chúng tôi.

• *Sổ tay điện tử dành cho trợ giảng.* Sổ tay dành cho trợ giảng đang có sẵn (phiên bản Windows® và Macintosh®) bằng mã ASCII.

• *Transparency Acetates.* Khoảng 100 minh họa khái niệm đầy màu sắc được trình bày trong sách giáo khoa thuyết phục nhiều trợ giảng chấp nhận giáo khoa tái bản lần thứ hai.

• *Electronic Transparencies.* Một đĩa CD- ROM cung cấp trọn bộ kính ảnh phim đèn chiếu bằng màu cũng như có sẵn bản kính dương Acrobat.

• *Hạng mục trắc nghiệm.* Bradley Caskey và Richard Seefeldt, cả hình ảnh đều dạy ở Đại học Wisconsin-River Falls, đã soạn thảo ngân hàng dữ liệu cho lần tái bản. 120 câu hỏi có nhiều lời đáp có trong mỗi Chương, và mỗi câu được nhận biết bằng mục tiêu nghiên cứu, tham khảo số trang, phân loại (khái niệm, thực tế và ứng dụng), và mức độ khó. 10 hạng mục nhiều câu trả lời bổ sung được cung cấp và được nhận biết như những hạng mục có trong trang Web sách giáo khoa, trong đó sinh viên tham dự câu đố tương tác với thông tin phản hồi ngay lập tức.

• *Công cụ trắc nghiệm học tập đẳng cấp thế giới Thomson.* Hiện có sẵn cho cả hai Windows® và Macintosh®, Công cụ trắc nghiệm học tập đẳng cấp thế giới Thomson cung cấp một tập hợp hoàn chỉnh sự sáng tạo trắc nghiệm, phân phối cũng như công cụ quản lý lớp học bao

gồm Trắc nghiệm đẳng cấp thế giới, Trắc nghiệm trực tuyến và phần mềm Quản lý đẳng cấp thế giới. Công cụ trắc nghiệm học tập đẳng cấp thế giới cho phép giáo sư soạn thảo trắc nghiệm dưới dạng in, đĩa mềm, đĩa cứng, LAN, hoặc Internet.

- *InfoTrac College Edition.* Trợ giảng chấp nhận sách giáo khoa tái bản lần thứ hai này (cũng như sinh viên) sẽ tiếp cận cơ sở dữ liệu trực tuyến này với đầy đủ các bài khóa trích từ 900 ấn phẩm nổi tiếng.

Đối với sinh viên:

- *Hướng dẫn nghiên cứu.* Dea DeWolff thuộc Đại học Purdue và Terri Combs thuộc Đại học Indiana – Đại học Purdue, Indianapolis, đã xem lại Hướng dẫn nghiên cứu dùng kèm với sách giáo khoa tái bản lần thứ hai này. Hướng dẫn nghiên cứu cung cấp phác họa chi tiết trong chương, mục tiêu nghiên cứu, từ khóa, câu hỏi đúng/ sai, câu hỏi có nhiều lời đáp, câu hỏi tiểu luận, và câu trả lời tra khảo chéo số trang tương ứng trong giáo trình.

- *Hướng dẫn nghiên cứu điện tử.* Câu hỏi và trả lời trong hình thức tương tác được cung cấp trong Hướng dẫn nghiên cứu điện tử có sẵn ở dạng Windows và Macintosh.

- *InfoTrac College Edition.* Sinh viên được trợ giảng yêu cầu sử dụng *Sự phát triển con người: Suốt cả quãng đời, (tái bản)* kèm theo InfoTrac College Edition có thể tiếp cận cơ sở dữ liệu trực tuyến 24/ 24. Cung cấp đầy đủ các bài khóa trích từ hơn 900 tạp chí chuyên ngành, InfoTrac College Edition – cung cấp nguồn có uy tín, được cập nhật hằng ngày.



Những người đã xem lại trong lần xuất bản đầu tiên

Polly Applefield
Đại học North Carolina ở Wilmington

Daniel R. Bellack
Cao đẳng kỹ thuật Trident

David Bishop
Cao đẳng Luther

Lanthan Camblin, Jr.
Đại học Cincinnati

Kenneth Elliott
Đại học Maine ở Augusta

Martha Ellis
Cao đẳng cộng đồng hạt Collin

Linda Flickinger
Cao đẳng cộng đồng hạt St. Clair

Steve Fulks
Đại học Tennessee

Rebecca Glover
Đại học North Texas

J. A. Greaves
Cao đẳng cộng đồng bang Jefferson

Patricia Guth
Cao đẳng cộng đồng hạt Westmoreland

Phyllis Heath
Đại học trung tâm Michigan

Myra Heinrich
Cao đẳng bang Mesa

Sandra Hellyer
Đại học Indiana – Đại học Purdue ở Indianapolis

Shirley-Anne Hensch
Đại học trung tâm Wisconsin

Thomas Hess
Đại học bang North Carolina

Kathleen Hurlburt
Đại học Massachusetts-Lowell

Heidi Inderbitzen
Đại học Nebraska ở Lincoln

Sanford Lopater
Đại học Christopher Newport

Bill Meredith
Đại học Nebraska ở Omaha

Maribeth Palmer-King
Cao đẳng cộng đồng Broome

Harve Rawson
Cao đẳng Franklin

Virginia Wyly
Đại học bang New York Cao đẳng ở Buffalo

Những người đã xem lại trong lần tái bản thứ hai

Gary L. Allen
Đại học South Carolina

Ann MB Austin
Đại học bang Utah

David Bishop
Cao đẳng Luther

Elizabeth M. Blunk
Đại học Tây Nam bang Texas

Josette Bonewitz
Đại học Vincennes

Lanthan D. Camblin, Jr.
Đại học Cincinnati

Shelley M. Drazen
SUNY, Binghampton

Kenneth Elliott
Đại học Maine, Augusta

Nolen Embry
Cao đẳng cộng đồng Lexington

James J. Garbarino
Đại học Cornell

Catherine Hackett Renner
Đại học Tây Chester

Sandra Hellyer
Đại học Indiana – Đại học Purdue ở Indianapolis

John Klein
Cao đẳng bang Castleton

Wendy Kliewer
Đại học khối thịnh vượng chung Virginia

Nancy Macdonald
Đại học South Carolina, Sumter

Lisa McGuire
Cao đẳng Allegheny

Martin D. Murphy
Đại học Akron

John Pfister
Cao đẳng Dartmouth

Bradford Pillow
Đại học Bắc Illinois

Gary Popoli
Cao đẳng cộng đồng Hartford

Robert Poresky
Đại học bang Kansas

Joseph M. Price
Đại học bang San Diego

Rosemary Rosser
Đại học Arizona

Timothy O. Shearon
Cao đẳng Albertson ở Idaho

Marcia Somer
Đại học Hawaii - Cao đẳng cộng đồng Kapiolani

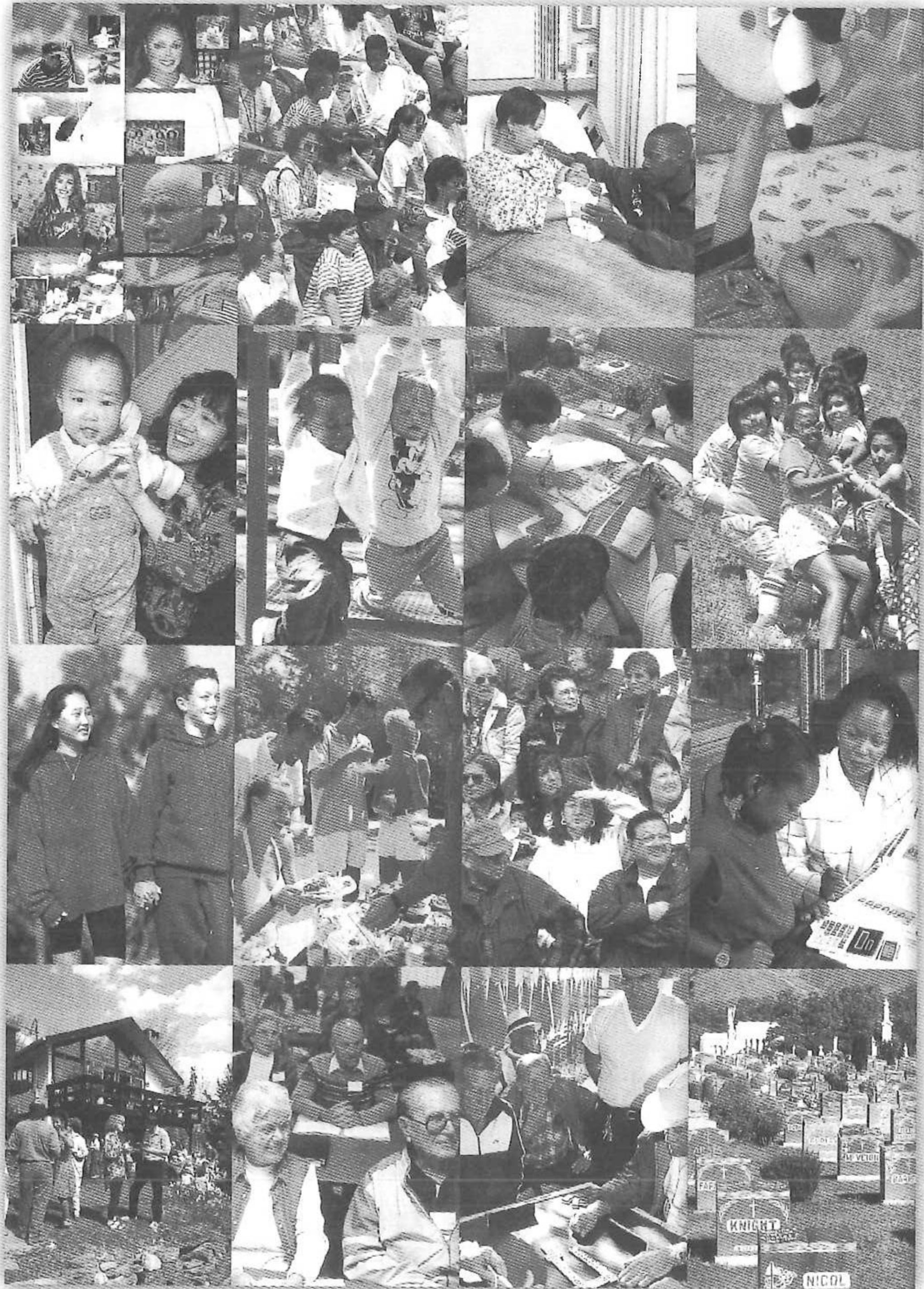
Nanci Stewart Woods
Đại học bang Austin Peay

Anne Watson
Đại học Tây Virginia

Fred A. Wilson
Đại học bang Appalache

Karen Yanowitz
Đại học bang Arkansas

Christine Ziegler
Đại học bang Kennesaw


KNIGHT
NICOL

Giới thiệu về tác giả

ROBERT V. KAIL



Robert V. Kail là giáo sư Tâm lý học ở Đại học Maryland, College Park. Ông học cao học ở Đại học Ohio Wesleyan và lấy bằng Tiến sĩ triết học ở Đại học Michigan. Kail hiện nay là phó biên tập *"Tờ báo tâm lý học trẻ em thực nghiệm"* và đồng chủ biên tập chí *"Tiến bộ trong phát triển và hành vi trẻ em"*. Ông nhận được Giải thưởng dành cho nhà khoa học trẻ McCandless của Hiệp hội tâm lý Mỹ quốc, được Đại học Wesleyan Ohio tặng danh hiệu Sesquicentennial Alumnus, và là thành viên Hiệp hội Tâm lý học Mỹ quốc. Kail cũng viết sách *"Sự phát triển trí nhớ ở trẻ em"* và *"Trẻ em và sự phát triển của trẻ em"*. Quan tâm nghiên cứu của ông là lĩnh vực phát triển nhận thức trong thời thơ ấu và tuổi thanh niên. Ngoài giờ làm việc ra, ông thích du lịch bằng máy bay, giải toán, làm huấn luyện viên đội bóng chày cho con gái, và theo dõi con trai đã trưởng thành trong ngành kịch nghệ.

JOHN C. CAVANAUGH



John C. Cavanaugh là hiệu trưởng kiêm hiệu phó phụ trách vấn đề học thuật, cũng như là giáo sư tâm lý học ở Đại học North Carolina ở Wilmington. Ông nhận được bằng cao học ở Đại học Delaware, và bằng tiến sĩ triết học ở Đại học Notre Dame. Cavanaugh là thành viên Hiệp hội Tâm lý học Mỹ, Tổ chức tâm lý học Mỹ và Hội lão khoa Mỹ. Ông là thành viên trong Hội đồng giáo dục Mỹ, từng làm Chủ tịch Phân ban phát triển người lớn và người cao tuổi (Phân ban 20) của APA. Cavanaugh cũng viết sách *"Sự phát triển người lớn và người cao tuổi"*. Quan tâm nghiên cứu của ông trong ngành nghiên cứu lão khoa về chăm sóc gia đình cũng như vai trò suy nghĩ trong thực hiện nhận thức của người cao tuổi. Ông thường du lịch, làm thơ, trong khi ăn sô-cô-la ngẫm nghĩ khả năng quản lý của James T. Kirk, Jean-Luc Picard, Kathryn Janeway, và Benjamin Sisko.



CHƯƠNG 1

NGHIÊN CỨU VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Bạn sắp bắt đầu cuộc hành trình đầy thú vị. Trong quá trình này, bạn sẽ có dịp hỏi một số câu cơ bản nhất: đời sống bắt đầu như thế nào? Bạn xuất phát từ đơn bào ra sao, cho đến khi thành người lớn phát triển đầy đủ như hôm nay bằng cách nào? Bạn sẽ đi hết cuộc đời có giống hay khác với bây giờ? Bạn tác động đến đời sống của người khác ra sao? Họ có ảnh hưởng gì đối với bạn? Các vai trò khác nhau trong suốt cuộc đời bạn – trẻ em, vị thành niên, kết bạn, bạn đời, bố mẹ, lao động, ông bà – định hình sự phát triển của bạn ra sao? Chúng ta đối phó với cái chết của chính mình và của người khác ra sao?

Đây là minh họa vấn đề hình thành cơ sở khoa học về sự phát triển con người, *nghiên cứu nhiều môn học về sự thay đổi của con người và cách con người giữ nguyên không đổi qua thời gian.* Trả lời những câu hỏi này đòi hỏi chúng ta phải dựa và lý thuyết và nghiên cứu các ngành khoa học xã hội và tự nhiên, bao gồm Sinh học, Di truyền học, Hóa học, Y học, Tâm lý học, Xã hội học, Nhân khẩu học, Dân tộc học, Kinh tế học và Nhân chủng học. Khoa học nghiên cứu sự phát triển con người phản ánh tính độc đáo và phức tạp của mỗi người và kinh nghiệm của mỗi người, cũng như sự phổ biến và các mẫu thường gặp ở con người. Trong tư cách một ngành khoa học, sự phát triển con người được hình thành vững chắc trong lý thuyết và nghiên cứu cũng như tìm hiểu hành vi con người.

Trước khi bắt đầu cuộc hành trình, có một số vấn đề bạn cần phải làm để tạo cho chuyến đi có giá trị hơn. Trong chương này, chúng tôi chọn ra lộ trình cần thiết để đưa chúng ta đi đúng hướng: cách sử dụng quyển sách này, khuôn khổ sắp xếp các lý thuyết và sự nghiên cứu các vấn đề thông thường và những ảnh hưởng đến sự phát triển, và những phương pháp các nhà phát triển thường sử dụng để khám phá. Chuẩn bị hành trang lên đường.

CÁCH SỬ DỤNG QUYỂN SÁCH NÀY

Sự phát triển con người được soạn thảo dành cho các bạn sinh viên. Trong một vài trang tiếp theo sau, chúng ta mô tả một số đặc điểm quyển sách để giúp bạn dễ học hơn. Đừng bỏ qua tài liệu này, về lâu dài sẽ giúp bạn tiết kiệm được nhiều thời gian.

CÔNG CỤ HỖ TRỢ HỌC TẬP VÀ NGHIÊN CỨU

Mỗi chương bao gồm một số đặc điểm dễ phân biệt nhằm giúp bạn hiểu được tài liệu và sắp xếp cho việc học.

- Mỗi chương bắt đầu bằng cách nhìn khái quát chủ đề chính và phác họa chi tiết.

- Mỗi phần chính trong chương bắt đầu bằng một phác họa vắn tắt liệt kê các tiêu đề phụ quan trọng của tiết và một tập hợp mục tiêu nghiên cứu. Cũng có một minh họa ngắn gọn giới thiệu một trong các chủ đề được đề cập trong tiết ấy và cung cấp minh họa các vấn đề phát triển mà con người đang đối mặt.

- Khi các từ khóa được giới thiệu trong bài khóa, thường được in màu đỏ. Định nghĩa từ khóa được in nghiêng, giúp bạn dễ tìm và dễ học.

- Các bảng dữ liệu, các ảnh chụp và các truyện tranh được tích hợp trong bài viết thì khỏi phải tìm kiếm chúng ở các trang khác. Sự tích hợp này sẽ giúp bạn liên kết tài liệu hình ảnh với bài.

- Lý thuyết phát triển quan trọng được giới thiệu trong Chương 1, và được đề cập trong suốt bài.

- Các vấn đề phê phán được liệt kê ở ngoài lề. Những vấn đề này được thiết kế giúp bạn nối kết giữa các phần trong một chương hoặc trong các chương khác.

- Cuối mỗi phần đều có mục Tự kiểm tra, giúp bạn kiểm tra kiến thức của mình về các khái niệm quan trọng mà bạn vừa đọc. Câu hỏi tự kiểm tra có hai mục đích. Thứ nhất, chúng giúp bạn có cơ hội kiểm tra tại chỗ hiểu biết của mình đối với tài liệu. Thứ hai, vào những lúc câu hỏi liên kết tài liệu bạn vừa đọc với vấn đề, lý thuyết hoặc khuôn khổ tâm sinh học xã hội khác mà bạn đã đọc lúc đầu.

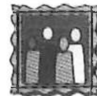
- Đặc điểm trong bài viết mở rộng hoặc nêu bật chủ đề cụ thể được kết hợp với phần còn lại của tài liệu. Quyển sách này bao gồm 6 loại đặc điểm khác nhau, mỗi đặc điểm được nhận biết bằng một biểu tượng dễ phân biệt. Liệt kê dưới đây mô tả các loại đặc điểm và thể hiện biểu tượng tương ứng.



NGHIÊN CỨU NỔI BẬT hoàn thiện công trình nghiên cứu cụ thể được đề cập trong bài và cung cấp nhiều chi tiết về thiết kế và phương pháp được sử dụng.



TRANH LUẬN HIỆN NAY đề cập đến các vấn đề gợi nhiều suy nghĩ cần phải thảo luận chi tiết.



NGƯỜI THẬT VIỆC THẬT trong trường hợp nghiên cứu mẫu minh họa một vấn đề trong sự phát triển con người trong đời sống của một con người thật.



BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN cung cấp câu trả lời các câu hỏi thông thường về sự phát triển, thường dựa trên kinh nghiệm thường nhật.



TỰ TÌM HIỂU cung cấp cách giúp bạn tự mình tìm hiểu các vấn đề về sự phát triển con người ở nơi bạn.



TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH mô tả cách sử dụng khuôn khổ Tâm sinh học xã hội để hiểu một vấn đề cụ thể trong sự phát triển như thế nào.

- Cuối mỗi chương bao gồm một số công cụ nghiên cứu đặc biệt. Kết hợp tất cả lại với nhau trở về mỗi họa tiết lặp lại chủ đề chính của chương. Tóm tắt được sắp xếp theo tiêu đề của phần chính cung cấp phần ôn lại khái niệm quan trọng trong chương. Kế đến là liệt kê từ khóa có trong chương. Ngoài ra còn có phần Nếu bạn muốn tìm hiểu thêm, bao gồm tài liệu nên đọc và trang Web để bạn có thể tìm thấy thông tin về sự phát triển con người nhiều hơn.

Chúng tôi khuyến khích bạn nên tận dụng những công cụ học tập và nghiên cứu này khi đọc. Chúng tôi cũng chừa chỗ ngoài lề để bạn ghi chú, sao cho bạn dễ kết hợp bài với giáo trình và tài liệu học tập trên lớp.

THUẬT NGỮ CHUYÊN NGÀNH

Chúng tôi nói về thuật ngữ chuyên ngành đôi chút. Một số thuật ngữ chuyên ngành sẽ được dùng để ám chỉ các giai đoạn khác nhau trong quãng đời. Mặc dù bạn đã quen thuộc với thuật ngữ chuyên ngành, nhưng chúng tôi muốn giải thích rõ cách sử dụng những thuật ngữ chuyên ngành này trong bài viết. Thuật ngữ chuyên ngành sau sẽ ám chỉ một dải độ tuổi cụ thể:

Trẻ sơ sinh	Mới sinh đến 1 tháng tuổi
Tuổi ẵm ngửa	1 tháng đến 1 năm tuổi
Mới biết đi	1 đến 2 tuổi
Trước khi đến trường	2 đến 6 tuổi
Độ tuổi đi học	6 đến 12 tuổi
Tuổi thanh niên	12 đến 20 tuổi
Đầu tuổi trưởng thành	20 đến 40 tuổi
Giữa tuổi trưởng thành	40 đến 60 tuổi
Tuổi trưởng thành khá già	60 đến 80 tuổi
Tuổi trưởng thành quá già	Từ 80 tuổi trở lên

Đôi lúc vì lý do đa dạng, chúng tôi sẽ dùng các thuật ngữ chuyên ngành khác ít có liên quan đến độ tuổi cụ thể, chẳng hạn như bé mới sinh, bé con và người già. Tuy nhiên, bạn có thể xác định độ tuổi cụ thể cho từng bối cảnh.

CÁCH SẮP XẾP

Tác giả các sách giáo khoa về sự phát triển con người luôn đối mặt với vấn đề quyết định như thế nào để sắp xếp tài liệu thành các phân mảnh có ý nghĩa trong suốt quãng đời. Quyển sách này được sắp xếp thành 4 phần: Sự phát triển trước khi sinh, tuổi ẵm ngửa, và đầu thời thơ ấu, tuổi đi học và tuổi thanh niên, đầu và giữa tuổi trưởng thành, cuối tuổi trưởng thành. Chúng tôi nghĩ rằng cách sắp xếp này đạt được 2 mục tiêu chính. Trước tiên, chia cuộc đời theo cách liên quan với các phân chia thường gặp trong đời sống hằng ngày. Thứ hai, nó cho phép quyển sách này đưa ra lời giải thích hoàn chỉnh về tuổi trưởng thành hơn các sách khác.

Vì một số vấn đề phát triển chỉ liên quan đến một vấn đề cụ thể trong quãng đời, nên một số chương được sắp xếp bao quanh độ tuổi cụ thể. Nói chung, bài viết bắt đầu bằng sự thụ thai và tiếp tục qua thời thơ ấu, tuổi thanh niên, tuổi trưởng thành, tuổi già rồi chết. Nhưng vì một số quá trình phát triển dàn trải qua các

giai đoạn rất dài, nên một số chương được sắp xếp quanh các chủ đề cụ thể.

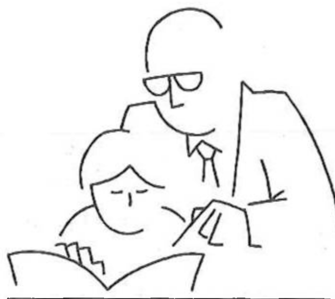
Phần I bao gồm sự phát triển trước khi sinh, tuổi ẵm ngửa và đầu thời thơ ấu. Ở đây chúng ta nhận thấy sự thừa kế gien hoạt động ra sao và môi trường trước khi sinh ảnh hưởng đến sự phát triển sau này của con người ra sao. Trong 2 năm đầu đời, mức độ thay đổi trong cả hai lĩnh vực vận động và nhận thức rất đáng kinh ngạc. Trẻ nhỏ thủ đắc ngôn ngữ bằng cách nào và bắt đầu suy nghĩ về thế giới của mình ra sao nhanh đến mức đáng ngạc nhiên. Đầu thời thơ ấu cũng đánh dấu sự xuất hiện các mối quan hệ xã hội cũng như tìm hiểu vai trò và nhận dạng giới tính. Vào cuối giai đoạn này, trẻ rất thành thạo giống như một nhà tư tưởng, sử dụng ngôn ngữ theo cách tinh vi, và sẵn sàng chuyển tiếp sang giáo dục chính thức.

Phần II đề cập đến các năm từ tiểu học đến trung học. Vào giữa thời thơ ấu và tuổi thanh niên, kỹ năng nhận thức được hình thành ban đầu trong đời sống bao gồm mức độ giống như người lớn trong nhiều lĩnh vực. Gia đình và mối quan hệ bạn đồng tuổi phát triển. Trong tuổi thanh niên, ngày càng chú ý nhiều đến công việc, và hoạt động tình dục phát sinh. Thanh niên bắt đầu học cách đối mặt với các vấn đề khó khăn trong đời sống. Vào cuối giai đoạn này, người ta đang ở bên bờ tuổi trưởng thành chính thức. Cá nhân thông thường sử dụng logic và được giới thiệu cho biết hầu hết các vấn đề mà người lớn thường gặp.

Phần III đề cập từ đầu tuổi trưởng thành đến tuổi trung niên. Trong giai đoạn này, hầu hết mọi người đạt được cách suy nghĩ cao cấp nhất, đạt đến sự hoạt động đỉnh cao, hình thành mối quan hệ mật thiết, lập gia đình của chính mình, bắt đầu và tiến bộ trong nghề nghiệp, kiểm soát để cân bằng nhiều vai trò mâu thuẫn, và bắt đầu đương đầu với tuổi già. Qua những năm này, nhiều người thoát ly gia đình, và con họ cũng ra riêng. Mối quan hệ với bố mẹ được định nghĩa lại, và cảm thấy áp lực giữa thế hệ lớn tuổi với thế hệ nhỏ tuổi. Vào cuối giai đoạn này, hầu hết mọi người chuyển tiêu điểm từ thời điểm sinh ra đời cho đến lúc chết.

Phần IV đề cập các thập niên sau cùng của cuộc đời. Thay đổi Sinh học, cơ thể, nhận thức và xã hội cùng với tuổi già hiện rõ. Mặc dù nhiều thay đổi phản ánh sự giảm sút, nhiều khía cạnh khác của tuổi già tượng trưng các yếu tố tích cực: hiểu biết, nghỉ hưu, tình bạn và mối quan hệ gia đình. Chúng ta kết thúc phần này, và bài viết bằng thảo luận phần cuối cuộc đời. Thông qua sự suy nghĩ về cái chết, thêm lần nữa chúng ta có thêm hiểu biết bổ sung về ý nghĩa đời sống và sự phát triển con người.

Chúng tôi mong rằng cách sắp xếp và đặc điểm nghiên cứu của bài viết có ích cho bạn – giúp bạn dễ hiểu về sự phát triển con người hơn. Nói chung, quyển sách này nói về câu chuyện đời sống của con người, và mục tiêu chính là hiểu được câu chuyện ấy.



SUY NGHĨ VỀ SỰ PHÁT TRIỂN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các vấn đề phát triển cơ bản mà các học giả đề cập trong suốt lịch sử là gì?**
- **Các tác động cơ bản trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội là gì? Việc định thời điểm của những tác động này tạo sự khác biệt trong tác động ra sao?**

Suy nghĩ về sự phát triển

Các vấn đề thường gặp trong sự phát triển con người

Các tác động cơ bản trong sự phát triển con người: Khuôn khổ Tâm sinh học xã hội

JAVIER SUAREZ *cười toe toét khi lần đầu tiên ẵm đứa cháu trai mới sinh. Trong đầu óc anh có rất nhiều suy nghĩ – Ricardo lớn lên như thế nào? Hàng xóm nghèo nơi họ sống ngăn cản không cho anh phát huy tiềm năng của mình? Trong gia đình anh có gien sức khỏe kém có di truyền cho đời sau hay không? Cuộc đời của Ricardo lớn lên như một Chicano ở Mỹ khác với chính Javier ở Mexico ra sao?*

Giống như nhiều người ông khác, Javier tự hỏi cháu trai của mình sẽ có tương lai ra sao. Vấn đề anh đặt ra rất lý thú nhưng chúng còn quan trọng vì lý do khác: chúng là vấn đề chung trong sự phát triển con người làm đau đầu giới triết gia và các nhà khoa học trong hàng thế kỷ. Trong một vài trang tiếp theo sau, chúng tôi giới thiệu một số vấn đề này, cho dù khía cạnh phát triển cụ thể có đang được khảo sát ở phương diện nào đi nữa.

CÁC VẤN ĐỀ THƯỜNG GẶP TRONG SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Có phải gien hoặc kinh nghiệm thực sự quyết định một con người thông minh hay không? Nếu một đứa trẻ năm tuổi thân mật và thoải mái thì khi lớn lên đứa trẻ ấy có thân mật và thoải mái không? Sự phát triển con người có giống nhau ở mọi nơi trên khắp thế giới hay không? Những câu hỏi này và những câu tương tự đã làm đau đầu một số triết gia nổi tiếng nhất trong lịch sử: Plato, Aristotle, Rene Descartes, John Locke, John Stuart Mill, và Ludwig Wittgenstein, cùng nhiều người khác. Ba vấn đề chính trong sự phát triển con người thu hút sự chú ý nhiều nhất: tự nhiên so với nuôi dưỡng, liên tục so với gián đoạn, phát triển phổ biến so với phát triển cụ thể theo bối cảnh. Những vấn đề này hầu như có mặt trong tất cả chủ đề chúng ta đề cập trong sách này, vì thế chúng ta hãy khảo sát từng vấn đề thật vắn tắt.

➡ *Tự nhiên so với nuôi dưỡng*

Hãy dành ít phút suy nghĩ về đặc điểm cụ thể mà bạn và một số người trong gia đình của mình đang có, chẳng hạn trí năng, diện mạo đẹp, hoặc nhân cách thân thiện, thân mật và thoải mái. Tại sao bạn nghĩ đặc điểm này lại nổi bật như thế? Bạn có nghĩ là do mình được bố mẹ di truyền hay không? Hay là do nơi và cách bạn cùng bố mẹ được nuôi dưỡng như thế?

Nhiều lời đáp khác nhau cho những câu hỏi này minh họa các quan điểm khác nhau đối với vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng *bao gồm mức độ ảnh hưởng của gien hoặc di truyền (tự nhiên) và ảnh hưởng thực nghiệm hoặc môi trường (nuôi dưỡng) quyết định bạn thuộc loại người gì.* Có

thời các nhà khoa học hy vọng trả lời những câu hỏi này bằng cách nhận biết tính di truyền hoặc môi trường là *nguyên nhân* của khía cạnh phát triển cụ thể. Mục tiêu là có khả năng cho rằng trí năng là do di truyền hoặc nhân cách là do kinh nghiệm. Tuy nhiên, ngày nay chúng ta biết rằng hầu như không có đặc điểm phát triển suốt quãng đời chỉ hoàn toàn do di truyền hay môi trường. Thay vào đó, sự phát triển luôn được cả hai định hình, tự nhiên và nuôi dưỡng đều có ảnh hưởng tương tác lẫn nhau. Chẳng hạn, trong Chương 2 bạn sẽ thấy rằng một số cá nhân bị bệnh di truyền dẫn đến giảm thiểu trí năng nếu họ dùng sản phẩm từ sữa. Tuy nhiên, nếu thức ăn của họ không chứa sản phẩm từ sữa thì trí năng của họ phát triển bình thường. Tương tự, trong Chương 9 bạn sẽ hiểu rằng một yếu tố rủi ro mắc bệnh tim mạch là do di truyền, nhưng yếu tố cách sống chẳng hạn như chế độ ăn kiêng và hút thuốc đóng vai trò quan trọng trong xác định ai sẽ bị bệnh nhồi máu cơ tim. Vì thế sự phát triển của Ricardo chắc chắn do gien định hình mà ông được bố mẹ di truyền và những kinh nghiệm mà ông đang có.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Hãy nghĩ về một số hành vi thông thường, hàng ngày chẳng hạn như gặp bạn bè. Tự nhiên và nuôi dưỡng ảnh hưởng để những hành vi này ra sao?

Như những ví dụ này minh họa, mục đích chính của ngành khoa học phát triển hiện đại là tìm hiểu di truyền và môi trường cùng quyết định sự phát triển tư duy, nhân cách và hành vi xã hội ra sao. Trong suốt bài viết, chúng tôi sẽ đưa ra nhiều ví dụ về sự tương tác giữa tự nhiên và nuôi dưỡng định hình đời sống của chúng ta ra sao.

➡ *Liên tục so với gián đoạn*

Hãy nghĩ về một số cách trong đó bạn vẫn giữ nguyên không đổi so với lúc bạn năm tuổi. Có thể bạn thân mật, thoải mái, thân thiện ở độ tuổi ấy và hiện nay vẫn thân mật, thoải mái, thân thiện như thế. Có lẽ lúc ấy bạn rất thông minh và hiện nay cũng thế. Minh họa như thế này cho thấy có nhiều sự liên tục trong phát triển. Một khi một người bắt đầu đi theo một con đường phát triển cụ thể – chẳng hạn, hướng đến sự thân mật hoặc thông minh – thì anh ta vẫn tiếp tục theo con đường ấy trong suốt đời. Theo quan điểm này, nếu Ricardo là một đứa bé 5 tuổi thân mật, sáng dạ thì anh ta cũng thân mật, sáng dạ khi 25 và 75 tuổi.

Quan điểm khác – cho rằng sự phát triển không phải mang tính liên tục – được minh họa trong truyện tranh. Một

Hi and Lois





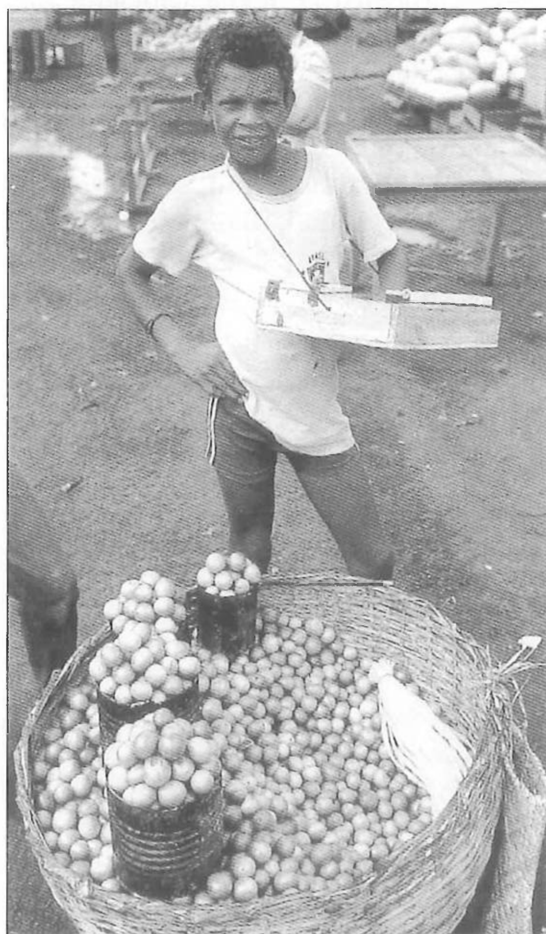
Trixie dịu dàng và dễ hợp tác trở thành một Trixie khắt khe và quyết đoán. Trong quan điểm này, con người có thể thay đổi từ lối phát triển này sang lối phát triển khác, có lẽ vài lần trong đời. Do đó, Ricardo có thể thân mật, sáng dạ khi 5 tuổi, thông minh nhưng khó chịu khi 25 tuổi, hiểu biết nhiều nhưng đáng ghét ở tuổi 75!

Vấn đề liên tục – gián đoạn *liên quan đến việc liệu một hiện tượng phát triển cụ thể có tượng trưng cho sự phát triển êm ả trong suốt cuộc đời (liên tục)* hay *một loạt thay đổi đột ngột (gián đoạn).* Tiếp cận liên tục thường tập trung vào một lượng đặc điểm mà một người đang có, trong khi tiếp cận gián đoạn thường tập trung vào các loại đặc điểm mà một người đang có. Trong suốt cuốn sách này, bạn sẽ tìm thấy minh họa về cả liên tục lẫn gián đoạn trong sự phát triển. Chẳng hạn, trong Chương 5 bạn sẽ thấy được chứng cứ liên tục: trẻ con ở tuổi ẵm ngửa có mối quan hệ cảm xúc thỏa mãn với bố mẹ thường trở thành trẻ có mối quan hệ thỏa mãn với bạn đồng tuổi. Nhưng trong Chương 14 bạn sẽ thấy một trường hợp gián đoạn: sau khi trải qua hầu hết tuổi trưởng thành cố đảm bảo sự thành công của thế hệ kế tiếp và để lại di sản, người già chuyển sang đánh giá đời sống của chính mình, tìm kiếm sự kết thúc và ý thức rằng những gì mình đã làm đều đáng giá.

Phát triển phổ biến so với phát triển cụ thể theo bối cảnh

Vấn đề phát triển phổ biến so với phát triển cụ thể theo bối cảnh *đề cập liệu chỉ có một lối phát triển duy nhất hay nhiều lối.* Trong một số thành phố ở Brazil, trẻ em từ 10 đến 12 tuổi như cậu bé trong ảnh bán trái cây và kẹo cho khách bộ hành và hành khách trên xe buýt. Chúng mua bán hàng hóa, đổi tiền cho khách hàng, và giám sát việc buôn bán của mình. Cho dù học hành rất ít và thường không thể nhận biết con số trên giấy bạc, nhưng chúng rất thạo xài tiền (Saxe, 1988).

Đời sống đối với cậu bé bán hàng trên đường phố Brazil (ảnh bên dưới) tương phản rõ nét với thời thơ ấu ở Mỹ, nơi trẻ em từ 10 đến 12 tuổi được ăn học đàng hoàng ở nhà hoặc ở trường nhận biết chữ số và thực hiện các loại phép tính số học khi xài tiền. Đối với một lý thuyết có thể giải thích sự phát triển ở cả hai nhóm trẻ? Có thể. Một số lý thuyết gia lập luận rằng mặc dù trông có vẻ khác nhau về sự phát triển nhưng thực sự ở mọi người chỉ có một quá trình phát triển cơ bản duy nhất. Theo quan điểm này, khác biệt trong phát triển đơn thuần là biến thể dựa trên quá trình phát triển cơ bản, cũng giống như sự khác biệt giữa ô tô hiệu Chevrolet, Honda và Porsche, tất cả đều là sản phẩm về cơ bản có cùng quá trình sản xuất như nhau.



Dĩ nhiên, quan điểm đối lập là những khác biệt ở con người không thể chính là những biến thể dựa trên một chủ đề. Những người tán thành quan điểm này lập luận rằng sự phát triển con người đan quyện chặt chẽ với bối cảnh diễn ra sự phát triển ấy. Sự phát triển của một người là sản phẩm tương tác phức tạp với môi trường, và sự tương tác ấy về cơ bản *không phải* như nhau trong tất cả môi trường. Mỗi môi trường đều có tập hợp các qui trình độc đáo của riêng mình định hình sự phát triển, giống như "cách làm" ô tô, sữa lắc, và vỉ đập ruồi ít có điểm chung.

Kết hợp tất cả ba vấn đề này lại với nhau, và sử dụng nhân cách làm minh họa, chúng ta có thể hỏi di truyền và môi trường tương tác ra sao để tác động đến sự phát triển nhân cách, cho dù sự phát triển nhân cách có mang tính liên tục hay gián đoạn đi nữa, và liệu nhân cách có phát triển giống như nhau trên khắp thế giới hay không. Dĩ nhiên, *lời đáp* cho những câu hỏi này là những gì thực sự làm chúng ta thích thú, chúng ta hãy bắt đầu cuộc tìm kiếm lời đáp bằng cách nghiên cứu tác động kết hợp định hình sự phát triển.

CÁC TÁC ĐỘNG CƠ BẢN TRONG SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI: KHUÔN KHỔ TÂM SINH HỌC XÃ HỘI

Chúng ta thấy những người theo thuyết phát triển giải quyết 3 vấn đề cơ bản trong một nỗ lực định khuôn khổ cho thảo luận chung về sự phát triển con người. Những vấn đề này là cơ bản vì chúng ấn định giai đoạn để hỏi các câu quan trọng hơn: Các tác động cụ thể nào đã khiến chúng ta như ngày nay? Tại sao một số người trở thành họa sĩ sáng tạo trong khi người khác làm việc trong dây chuyền sản xuất? Tại sao một số người bảo thủ trong khi người khác lại có tư tưởng phóng khoáng? Anh chị em ruột lớn lên trong cùng một gia đình lại rất khác với nhau? Điều gì tạo ra dải đa dạng tuyệt vời vốn là đặc điểm của con người? Để đưa ra lời giải thích mạch lạc về đặc điểm và hành vi của con người trong suốt cuộc đời, những người theo thuyết phát triển thường xét đến sự kết hợp của bốn tác động tương tác:

- Các tác động sinh học *bao gồm tất cả yếu tố liên quan đến sức khỏe và di truyền ảnh hưởng đến sự phát triển.*
- Các tác động tâm lý *bao gồm tất cả yếu tố nhận thức nội tâm, cảm xúc và nhân cách ảnh hưởng đến sự phát triển.*
- Các tác động văn hóa xã hội *bao gồm các yếu tố giữa cá nhân với nhau, xã hội, văn hóa và dân tộc ảnh hưởng đến sự phát triển.*
- Các tác động chu kỳ đời sống *phản ánh những khác biệt về cách cùng một sự kiện tác động đến con người ở các độ tuổi khác nhau như thế nào.*

Mỗi người là một sản phẩm kết hợp độc đáo những tác động này. Không có hai cá nhân, thậm chí trong cùng một gia đình, trải qua những tác động này theo cùng cách như nhau, thậm chí hai trẻ sinh đôi từ một hợp tử này về sau cũng có mối quan hệ bạn bè, bạn đời và nghề nghiệp khác nhau.

Để tìm hiểu tại sao mỗi tác động trong số những tác động này lại quan trọng, chúng ta hãy hình dung rằng bạn muốn biết bằng cách nào một người mẹ lại quyết định có nuôi con bằng sữa mẹ hay không. Bạn cần xét đến nhiều biến số trên cơ sở sinh học, chẳng hạn như sức khỏe tổng quát của người mẹ, chất lượng và số lượng sữa được tạo ra từ người mẹ. Bạn cũng muốn biết về suy nghĩ và thái độ của người mẹ về ưu điểm của việc nuôi con bằng sữa mẹ. Bạn muốn biết các ảnh hưởng của người khác chẳng hạn người bố và nền

Tác động sinh học 

Tác động văn hóa xã hội 

Tác động tâm lý 

Tác động chu kỳ đời sống





Con người

văn hóa của người mẹ chiếm hữu điều gì về cách nuôi con thích hợp. Ngoài ra bạn cũng muốn biết người mẹ bao nhiêu tuổi vì lẽ ra người mẹ ấy chịu ảnh hưởng của suy nghĩ trong một số thời kỳ. Nếu chỉ tập trung vào một trong những tác động này sẽ cho bạn một cái nhìn lệch lạc, không đầy đủ về quyết định của người mẹ.

Một cách hữu ích để sắp xếp các tác động sinh học, tâm lý học và văn hóa xã hội đối với sự phát triển con người là sự sắp xếp trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Như bạn thấy hình bên trên, khuôn khổ Tâm sinh học xã hội nhấn mạnh rằng sự phát triển con người không gì khác hơn là xem xét một tác động cơ bản bất kỳ. Đúng ra, mỗi tác động tương tác với tác động khác để tạo ra sự phát triển. Chúng ta hãy xét đến các yếu tố khác nhau trong mô hình Tâm sinh học xã hội chi tiết hơn.

Tác động sinh học

Bạn có từng tự hỏi tại sao thành viên trong cùng một gia đình lại có màu mắt khác nhau không? Hoặc tại sao dường như bạn không làm bài tốt trong kỳ thi khi cảm thấy khó ở? Hay chế độ ăn kiêng phù hợp như thế nào mới giúp bạn sống lâu? Những câu hỏi như thế này làm nổi bật vai trò quan trọng mà các tác động Sinh học đang định hình quá trình phát triển con người?

Tác động Sinh học bao gồm những sự kiện khác nhau như chuỗi phát triển trước khi sinh, sự trưởng thành của não, tuổi dậy thì, thời kỳ mãn kinh, da mặt nhăn, và thay đổi trong hệ thống tim mạch và cơ quan khác. Phần lớn những tác động Sinh học này do mã di truyền của chúng ta quyết định, được đề cập trong các Chương 2, 3, 8, và 13. Chẳng hạn, hãy nhìn bọn trẻ trong ảnh bên dưới, bạn nhận thấy chúng giống với bố mẹ, cho thấy ảnh hưởng sinh học đối với sự phát triển. Nhưng tác động sinh học cũng bao gồm những tác động của các yếu tố cách sống, chẳng hạn chế độ ăn kiêng và tập thể dục, những ví dụ này và những ví dụ khác được tìm hiểu trong các Chương 2, 8, và 9.

Tất cả tác động đều như thế, một số tác động Sinh học được cảm nhận khắp



nơi – hoặc bởi tất cả mọi người hoặc trong trường hợp thay đổi tái sinh sản bởi tất cả nam giới hay nữ giới. *Các tác động như làm ảnh hưởng đến con người vào một thời điểm tương tự nhau trong cuộc đời và được thực hiện qua nhiều thế hệ, được gọi là* những ảnh hưởng được phân cấp theo độ tuổi tiêu chuẩn. Một ví dụ về ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi tiêu chuẩn là tuổi dậy thì, diễn ra ở độ tuổi từ đầu đến giữa lứa tuổi thanh niên ở hầu hết mọi người. Ví dụ khác là thời kỳ mãn kinh xảy ra ở độ tuổi từ 40 đến 55 ở mọi phụ nữ. Những ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi tiêu chuẩn này tạo mốc đánh dấu để chia quãng đời thành nhiều phân mảnh khác nhau.

Đôi khi, tác động chỉ ảnh hưởng đến một thế hệ duy nhất. *Tác động chỉ ảnh hưởng đến con người trong một số thế hệ vào một thời điểm cụ thể trong thời gian lịch sử được gọi là* các ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử tiêu chuẩn. Ví dụ của ảnh hưởng sinh học phân cấp theo lịch sử tiêu chuẩn là trận dịch cúm trên phạm vi toàn cầu trong những năm ngay sau Thế chiến I. Những người còn sống sau trận dịch này đều nhớ suốt đời hình ảnh nhìn thấy người ta chết bởi điều thường gọi là căn bệnh ít nghiêm trọng.

Các ảnh hưởng khác rất hiếm, chỉ ảnh hưởng một nhóm người. *Khi chỉ có một vài người trải qua tác động, thì gọi là* ảnh hưởng không tiêu chuẩn. Chẳng hạn, bệnh não tuần tiến gây tử vong gọi là kuru chỉ xảy ra trên một số đảo ở Nam Thái Bình Dương.

Nói chung, các tác động sinh học có thể xem là cung cấp tư liệu thô cần thiết (trong trường hợp Di truyền học) và được xem ấn định điều kiện giới hạn (trong trường hợp sức khỏe tổng quát) đối với sự phát triển.

Tác động tâm lý

Có lẽ bạn có hiểu biết trực giác về các tác động tâm lý, vì chúng là những tác động thường được sử dụng nhất để mô tả đặc điểm của một con người. Chẳng hạn, hãy nghĩ về cách bạn sẽ phản ứng ra sao khi được yêu cầu mô tả mình khi bạn quen với bạn mới. Hầu hết chúng ta cho rằng chúng ta có một nhân cách dễ mến, thông minh, thành thật, tự tin, hay đại loại như thế. Những khái niệm như thế này phản ánh tác động tâm lý.

Nói chung, tác động tâm lý là tất cả yếu tố nhận thức bên trong, cảm xúc, nhân cách, nhận thức và liên quan ảnh hưởng đến hành vi. Tác động tâm lý nhận được nhiều sự chú ý nhất trong số ba tác động phát triển chính, phần lớn những gì chúng ta đề cập trong suốt bài viết đều phản ánh tác động tâm lý. Chẳng hạn, chúng ta sẽ hiểu được sự phát triển trí năng có thể giúp cá nhân kinh qua và suy nghĩ về thế giới của mình trong nhiều cách khác nhau ra sao. Chúng ta cũng luôn hiểu được sự xuất hiện lòng tự trọng liên quan với suy nghĩ của con người về khả năng của mình, rồi đến lượt suy nghĩ này ảnh hưởng đến những gì mình làm.

Như các tác động Sinh học, các tác động tâm lý khác nhau đều có các loại ảnh hưởng khác nhau. Một số, chẳng hạn ngôn ngữ đều có ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi tiêu chuẩn, trẻ em trên khắp thế giới bắt đầu thủ đắc ngôn ngữ trong năm thứ hai, được đề cập trong Chương 4. Các tác động tâm lý khác, chẳng hạn thành thạo một số chương trình máy tính có thể cụ thể đối với một thế hệ cụ thể. Vẫn còn tác động khác chẳng hạn trầm cảm hoặc rối loạn tâm thần khác, có thể chỉ tác động đến một số lượng người tương đối nhỏ.

Nói chung, các yếu tố tâm lý đưa ra vấn đề mà chúng ta lưu ý nhiều nhất về những gì làm cho con người phải thực hiện như thế cũng như biến thể thú vị tạo cho chúng ta thành những cá thể.

Tác động văn hóa xã hội

Con người phát triển trên thế giới chứ không phải trong khoảng không. Nếu

muốn tìm hiểu sự phát triển con người chúng ta cần biết con người tương tác với môi trường ra sao và liên quan với nhau ra sao. Nói cách khác, chúng ta cần xét đến sự phát triển của cá nhân như một phần của một hệ thống rộng lớn hơn nhiều, trong đó không có phần nào trong hệ thống có thể hoạt động mà không ảnh hưởng đến tất cả khía cạnh khác của hệ thống. Hệ thống rộng lớn hơn này bao gồm bố mẹ, con cái, và anh chị em ruột cũng như những cá nhân bên ngoài gia đình chẳng hạn như bạn bè, thầy cô và đồng nghiệp. Hệ thống cũng bao gồm tổ chức ảnh hưởng đến sự phát triển chẳng hạn như trường học, truyền hình và nơi làm việc.

Tất cả những con người này và các thể chế kết hợp với nhau để hình thành văn hóa của một người – kiến thức, thái độ, và hành vi đi kèm với một nhóm người. Văn hóa có thể được liên kết với một nước hoặc con người cụ thể (chẳng hạn văn hóa Pháp), với một thời điểm cụ thể (chẳng hạn văn hóa quần chúng của thập niên 1990), hoặc với các nhóm gồm nhiều cá nhân duy trì truyền thống văn hóa có thể nhận dạng, cụ thể (chẳng hạn người Mỹ gốc Phi). Biết được văn hóa của một người là được cung cấp một số thông tin tổng quát về các ảnh hưởng quan trọng có thể xuất hiện trong cuộc đời. Chẳng hạn, nước Mỹ bao gồm nhiều nhóm tộc người khác nhau, tạo ra một dân số đa dạng có nhiều kinh nghiệm trong suốt quãng đời. Bằng cách nghiên cứu sự phát triển con người trong những nhóm khác nhau này và trong các nhóm khác khắp thế giới, chúng ta có thể hiểu tác động văn hóa xã hội ảnh hưởng đến sự phát triển con người như thế nào.

Cũng giống như trường hợp tác động Sinh học và tâm lý, nhiều tác động văn hóa xã hội ảnh hưởng đến mọi người ở một độ tuổi cá biệt. Một ví dụ điển hình của một ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi tiêu chuẩn là ở khắp nước Mỹ, trẻ em bắt đầu học mẫu giáo khi 5 tuổi. Những tác động văn hóa xã hội khác đều cụ thể đối với một thế hệ cụ thể: lớn lên ở Mỹ trong thời kỳ đại suy thoái là một ví dụ của ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử tiêu chuẩn. Sau cùng, một số ảnh hưởng văn hóa xã hội đều mang tính không tiêu chuẩn: chẳng hạn một tỉ lệ phần trăm nhỏ trẻ em Mỹ được giáo dục ở nhà hơn là ở trường học.

Trong cố gắng mô tả những ảnh hưởng văn hóa xã hội đối với sự phát triển, chúng ta đối mặt với một vấn đề thực tế. Hầu hết các nhà điều tra thường nghiên cứu các nhóm người tương đối dễ tiếp xúc, phần lớn nghiên cứu chúng tôi mô tả trong bài viết này được tiến hành ở người Mỹ gốc Âu thuộc giai cấp trung lưu. Do đó, chúng ta phải cẩn thận *không* nên cho rằng chứng cứ thu thập được từ nhóm này nhất thiết áp dụng cho những người trong nhóm khác. Có lúc bạn cảm thấy thất vọng, tự hỏi liệu có một tập hợp kết quả cụ thể thu được trong nhóm này có thể áp dụng cho nhóm khác hay không. Thực ra, có nhu cầu nghiên cứu các nhóm văn hóa khác nhau rất lớn. Có lẽ, khi chọn khóa học này, bạn sẽ đáp ứng nhu cầu này bằng cách trở thành một nhà nghiên cứu phát triển.

Một vấn đề thực tế khác mà chúng ta đối mặt là quyết định thuật ngữ thích hợp nhất để mô tả từng nhóm. Thuật ngữ chuyên ngành thay đổi qua thời gian. Chẳng hạn, thuật ngữ *người da màu, người da đen, người Mỹ đen,* và *người Mỹ gốc Phi,* tất cả đều được dùng để mô tả người Mỹ có tổ tiên ở châu Phi. Trong sách này, chúng ta sử dụng thuật ngữ *người Mỹ gốc Phi* vì nó nhấn mạnh đến di sản thừa kế văn hóa độc đáo của nhóm người ấy. Cũng cùng lập luận, chúng tôi sử dụng thuật ngữ *người Mỹ gốc Âu* (thay vì *người da trắng* hoặc *người Caucasian), người Mỹ bản xứ* (thay vì *người Da Đỏ* hoặc *người Da Đỏ gốc Mỹ), người Mỹ gốc Á,* và *người Mỹ gốc Mỹ La Tinh.*

Những tên gọi này không hoàn hảo. Trong một số trường hợp, chúng không phân biệt được các nhóm dân tộc thật rõ ràng. Chẳng hạn, người trong ảnh (bên dưới phía trên) là người Guatemala và người Mexico (ảnh dưới cùng), vì thế chúng ta mô tả di sản thừa kế của họ là người Mỹ gốc Mỹ La Linh. Tuy nhiên, nền tảng văn hóa của họ thay đổi trong một số khía cạnh quan trọng, vì thế chúng ta không nên xem họ trong cùng một nhóm đồng nhất. Tương tự, thuật ngữ *người Mỹ gốc Âu* phớt lờ sự khác biệt giữa số cá thể có tổ tiên Bắc hoặc Nam Âu, thuật ngữ *người Mỹ gốc Á* không phân biệt được di sản thừa kế ở người Nhật, Hoa hoặc Hàn Quốc. Bất kỳ khi nào các nhà nghiên cứu nhận dạng các nhóm phụ trong mẫu nghiên cứu của mình thì chúng ta sử dụng thuật ngữ cụ thể hơn để mô tả kết quả. Khi chúng ta dùng thuật ngữ chung thì bạn nên nhớ rằng kết luận không áp dụng cho tất cả nhóm phụ trong thuật ngữ chung.





Các tác động văn hóa xã hội trong phát triển cung cấp cho ta hầu hết tên gọi mà ta dùng để nhận dạng con người, cho dù có ám chỉ đến loại nghề nghiệp người ấy đang làm hay không ("cô ấy là kỹ sư, bạn hiểu *họ* như thế nào") hoặc dân tộc của một người hoặc nhóm nhân khẩu học khác. Tóm lại, các tác động văn hóa xã hội cung cấp một bối cảnh rộng hơn hoặc một cơ sở cho sự phát triển. Đúng ra, chúng tạo ra một sàn diễn cho sự phát triển.

Tác động tương tác

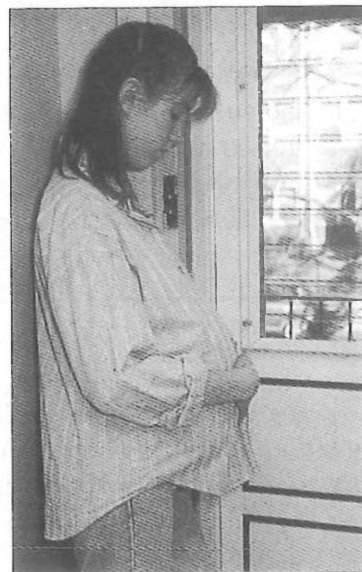
Chúng tôi mô tả tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội như thể chúng độc lập với nhau. Nhưng như chúng tôi đã nêu rõ lúc đầu khi giới thiệu khái niệm khuôn khổ Tâm sinh học xã hội, thì mỗi khuôn khổ định hình các khuôn khổ khác. Hãy xét thói quen ăn uống. Khi tác giả sách này trưởng thành, bữa ăn "thịt nạc, khoai tây" là bữa ăn thường ngày. Trên cơ sở chứng cứ ăn uống trong ngày, chế độ ăn uống như thế được xem là có lợi cho sức khỏe. Do đó, nó trở thành chế độ ăn uống nhiều chất béo dễ dẫn đến bệnh tim mạch và một số bệnh ung thư. (Chúng ta nghiên cứu vấn đề này chi tiết hơn trong Chương 9). Do đó, các áp lực xã hội buộc phải thay đổi chế độ ăn uống của con người, bắt đầu bằng nhiều chiến dịch quảng cáo, và nhà hàng cho biết nhiều thực đơn ít chất béo. Vì thế, các tác động Sinh học của chất béo trong chế độ ăn uống chịu ảnh hưởng được tác động của thời đại lên xã hội cho dù ủng hộ (hoặc phản đối) thịt bò trong mỗi buổi tối. Sau cùng, khi các tác giả hiểu biết nhiều hơn về toàn bộ vấn đề trong chế độ ăn kiêng và ảnh hưởng của chúng đối với sức khỏe, các tác động tâm lý trong suy nghĩ và lập luận cũng ảnh hưởng đến sự lựa chọn chế độ ăn kiêng của họ. (Tuy nhiên chúng ta phải thừa nhận rằng sô-cô-la vẫn là món chúng ta ưa thích!).

Ví dụ này minh họa rằng không có khía cạnh nào trong sự phát triển con người có thể hoàn toàn hiểu được bằng cách chỉ khảo sát một hoặc hai tác động. Tất cả ba tác động phải được xem xét trong sự tương tác. Để tìm hiểu các tác động của biến thể gien, chúng ta cần khảo sát một số khía cạnh cụ thể của hành vi trong một bối cảnh xã hội cụ thể. Hoặc để tìm hiểu các hiệu ứng của một tác động văn hóa xã hội chẳng hạn như đói nghèo, chúng ta cần phải xét đến việc nghèo đói ảnh hưởng đến sức khỏe con người như thế nào. Thật ra, ở cuối chương, chúng ta sẽ hiểu rằng sự tích hợp trong khắp ba tác động quan trọng trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội là một tiêu chuẩn dùng để đánh giá tính thích hợp của một lý thuyết phát triển. Tuy nhiên, trước khi chúng ta làm được điều này, chúng ta cần phải xem xét đến một khía cạnh khác trong khuôn khổ này: quan điểm trong đời sống trong đó sự kết hợp cụ thể giữa các tác động Sinh học, Tâm lý học và văn hóa xã hội sẽ rất ý nghĩa.

➡ *Định thời điểm là tất cả: Tác động chu kỳ đời sống*

Hãy xét hai tình huống sau. Jacqui, một phụ nữ 32 tuổi trong ảnh bên dưới, vừa kết hôn 6 năm. Bà cùng chồng đều có thu nhập ổn định. Sau khi bàn tính, họ quyết định sinh con, một tháng sau, Jacqui biết mình có mang. Bé gái Jenny 14 tuổi trong ảnh trên bên phải sống cạnh nhà





Jacqui. Cô chủ động quan hệ giới tính trong khoảng 6 tháng nhưng đó không phải là mối quan hệ chắc chắn. Sau khi trễ kinh, Jenny đi khám và biết rằng mình có thai.

Cho dù cả Jacqui lẫn Jenny đều có thai nhưng có lẽ bạn không kết luận rằng sự mang thai đối với họ có cùng tác động như nhau. Đúng ra bạn kết luận rằng kết quả có thể do các yếu tố khác tác động trong mỗi tình huống của họ chẳng hạn như độ tuổi, điều kiện tài chánh và mở rộng hệ thống hỗ trợ xã hội. Bạn có lý khi kết luận như thế.

Ví dụ minh họa một thực tế quan trọng khác trong quá trình phát triển con người: cùng một sự kiện có thể có tác động khác nhau, tùy vào thời điểm xảy ra sự kiện. Tác động chu kỳ đời sống ám chỉ ý nghĩa của một sự kiện bất kỳ tùy thuộc vào con người và thời điểm xảy ra sự kiện. Trong kịch bản của Jacqui và Jenny, cùng một sự kiện – mang thai – đối với phụ nữ này mang lại hạnh phúc và sự mong chờ khao khát nhưng lại gây lo âu ở phụ nữ khác.

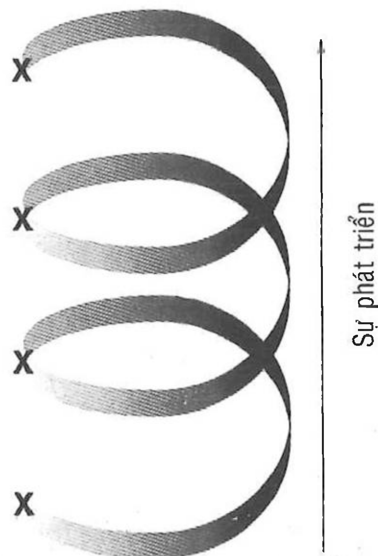
Kinh nghiệm khác nhau của Jacqui và Jenny cho thấy các tác động chu kỳ đời sống giúp định hình tác động của 3

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Cái chết của người bạn đời là một sự kiện có tác động khác nhau trên cơ sở sự kiện diễn ra khi nào trong đời sống của một người. Bạn có thể suy nghĩ về các sự kiện khác như sự kiện này không?

tác động còn lại. Một cách để mô tả ảnh hưởng này là phải thể hiện các tác động Sinh học Tâm lý học và văn hóa xã hội như một hình xoắn ốc hợp nhất. Hình xoắn ốc minh họa một vấn đề hoặc sự kiện cụ thể có thể thường gặp như thế nào, như được biểu thị bằng X trên hình xoắn ốc, và kinh nghiệm được tích lũy của một người như thế nào, được biểu hiện bằng "sự phát triển" gọi là mũi tên dọc, hoạt động như thế nào. Chẳng hạn, tin cậy là một vấn đề được đề cập trong suốt cuộc đời (Erikson, 1982). Ngay từ đầu trẻ tuổi ẵm ngửa đặt tin cậy vào bố mẹ, tượng trưng bằng chữ "X" phía dưới hình xoắn, và phát triển dần thành các hình thức tin cậy phức tạp hơn trong suốt cuộc đời đối với bạn bè và người yêu như trường hợp của Jacqui, sau cùng Jenny cũng hiểu được. Mỗi lần một người trở lại các vấn đề tin cậy, nó xây dựng dựa theo kinh nghiệm trước đây đối với sự phát triển đang diễn ra. Kinh nghiệm tích lũy này có nghĩa là con người giải quyết sự tin cậy theo cách mới và sự tin cậy ấy được thể hiện bằng nhiều cách khác nhau trong suốt quãng đời.

Bằng kết hợp 4 tác động phát triển, chúng ta có được cái nhìn về sự phát triển con người tập trung quanh quãng đời, hiểu được khía cạnh cụ thể trong từng giai đoạn của cuộc sống. Thật vậy, phần còn lại của sách dựa trên cơ sở sự kết hợp này.



TỰ KIỂM TRA

1. Vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng bao gồm mức độ ở đó ________ môi trường ảnh hưởng đến sự phát triển con người.
2. Azar nhận thấy rằng đứa con trai 14 tuổi của cô rất nhút nhát từ lúc còn bé. Điều này minh họa ________ sự phát triển.
3. Các tác động ________ bao gồm các yếu tố gien và sức khỏe.
4. Khuôn khổ Tâm sinh học xã hội cung cấp hiểu biết về vấn đề phát triển thường gặp (tự nhiên – nuôi dưỡng, liên tục – gián đoạn, phổ biến – bối cảnh cụ thể)?

Trả lời: (1) di truyền học, (2) liên tục, (3) sinh học

THUYẾT PHÁT TRIỂN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Thuyết Tâm lý động học giải thích sự phát triển như thế nào?**
- **Tiêu điểm của thuyết Phát triển tập quen là gì?**
- **Thuyết Phát triển – nhận thức giải thích sự thay đổi trong suy nghĩ ra sao?**
- **Điểm chính trong Tiếp cận Sinh thái học và hệ thống là gì?**
- **Trong thuyết quãng đời và thuyết Chu kỳ đời sống có những điểm chính gì?**

Các thuyết phát triển

Thuyết Tâm lý động học

Thuyết Tập quen

Thuyết Phát triển nhận thức

Tiếp cận Sinh thái học và các hệ thống

Thuyết cuộc đời và chu kỳ đời sống

Bức tranh toàn cảnh

MARCUS *vừa thi xong phổ thông, đứng nhất lớp. Đối với người mẹ hãnh diện Betty, đây là thời điểm để bà hồi tưởng quá khứ của con trai mình và ngẫm nghĩ về tương lai sau này của con. Marcus luôn là đứa bé vui tính, dễ chịu. Cậu luôn quan tâm đến việc học. Betty tự hỏi tại sao cậu lại luôn dễ thương, tốt bụng và ham hiểu biết như thế. Nếu như bà biết được điều huyền bí thì bà sẽ viết ngay sách kể về con mình và trở thành khách mời trong chương trình Oprah!*

Để trả lời câu hỏi của Betty về sự phát triển của con mình, các nhà nghiên cứu phát triển đưa ra một lý thuyết về sự phát triển của cậu. Thật không may, đối với nhiều người, từ *lý thuyết* thường có nghĩa "tẻ nhạt". Nhưng không phải thế. Nếu bạn muốn tìm hiểu sự phát triển con người, lý thuyết là yếu tố cần thiết vì chúng đưa ra "lý do giải thích" sự phát triển. Lý thuyết là gì? *Trong sự phát triển con người, một* **lý thuyết** *là một tập hợp các ý kiến nhằm mục đích giải thích sự phát triển.* Chẳng hạn, giả sử con của người bạn của bạn thường hay khóc nhè, bạn có thể hình dung một số lời giải thích sự khóc nhè ấy. Có thể bé khóc vì đói, có thể bé khóc để đòi ẩm, có thể bé khóc vì ốm yếu. Mỗi lời giải thích trong số này là một lý thuyết thật đơn giản: cố giải thích tại sao bé khóc nhiều như thế. Dĩ nhiên, lý thuyết phức tạp trong thực tế về sự phát triển con người phức tạp hơn nhiều, nhưng cùng một mục đích – giải thích hành vi và sự phát triển.

Các lý thuyết dẫn đến các dự đoán rằng chúng ta có thể kiểm tra trong nghiên cứu, trong tiến trình, lý thuyết có được ủng hộ hay không. Hãy nghĩ đến những lời giải thích khác nhau về đứa bé khóc nhè. Mỗi lời giải thích dẫn đến một dự đoán riêng. Chẳng hạn, nếu bé khóc vì đói, chúng ta đoán rằng cho bé bú, bé sẽ nín. Khi kết quả nghiên cứu phù hợp với dự đoán, điều này ủng hộ lý thuyết. Khi kết quả khác với dự đoán, điều này cho thấy lý thuyết không đúng, cần được xem lại.

Có lẽ lúc này bạn hiểu tại sao lý thuyết là yếu tố cần thiết trong nghiên cứu phát triển con người: chúng là nguồn dự đoán nghiên cứu, thường dẫn đến nhiều thay đổi trong lý thuyết. Những lý thuyết được xem lại này cung cấp cơ sở cho dự đoán mới, dẫn đến nghiên cứu mới, chu kỳ tiếp tục.

Nhiều lý thuyết hướng dẫn nghiên cứu và suy nghĩ về sự phát triển con người. Cũng giống như gỗ, gạch, ống nước, dây điện có thể sử dụng xây dựng nhiều ngôi nhà, thì yếu tố cơ bản của khuôn khổ Tâm sinh học xã hội được kết hợp để tạo ra vô số lý thuyết. Một số lý thuyết cố giải thích một dải hành vi, trong khi số lý thuyết khác tập trung vào khía cạnh cụ thể. Ngoài ra, một số lý thuyết chỉ nghiên cứu sự phát triển vào những thời điểm cụ thể trong quãng đời trong khi số khác chọn quan điểm chính thể luận. Không có lý thuyết nghiên cứu sự phát triển con người hiện nay thực sự bao quát toàn diện trong nỗ lực đề cập tất cả khía

QUAN ĐIỂM LÝ THUYẾT VỀ SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Quan điểm	Ví dụ	Ý tưởng chính	Nhấn mạnh khuôn khổ Tâm sinh học xã hội	Quan điểm về vấn đề phát triển
Tâm lý động học	Thuyết Tâm lý xã hội của Erikson	Nhân cách phát triển qua chuỗi giai đoạn	Tác động tâm lý, xã hội và chu kỳ đời sống mang tính quyết định, ít chú trọng sinh học	Tương tác tự nhiên - nuôi dưỡng, gián đoạn, chuỗi phổ biến nhưng khác nhau về mức độ
Tập quen	Thuyết hành vi (Watson, Skinner) Thuyết tập quen xã hội (Bandura)	Môi trường kiểm soát hành vi Con người tập quen qua người làm mẫu và quan sát	Trong tất cả lý thuyết, một số chú trọng Sinh học và tâm lý, nhất là xã hội, ít thừa nhận chu kỳ đời sống	Trong tất cả lý thuyết, chú trọng nuôi dưỡng, liên tục và nguyên tắc tập quen phổ biến
Nhận thức	Thuyết của Piaget (Và mở rộng) Thuyết lập luận đạo đức của Kohlberg	Đối với Piaget và Kohlberg, suy nghĩ phát triển trong một chuỗi giai đoạn	Đối với Piaget và Kohlberg, chú trọng tác động Sinh học và xã hội, ít chú trọng tác động tâm lý, ít thừa nhận chu kỳ đời sống	Đối với Piaget và Kohlberg, chú trọng tự nhiên, gián đoạn và chuỗi giai đoạn phổ biến
	Thuyết xử lý thông tin	Tư duy phát triển bằng tăng dần tính hiệu quả trong xử lý thông tin	Nhấn mạnh tác động Sinh học và tâm lý, ít chú trọng chu kỳ xã hội và đời sống	Tương tác tự nhiên – nuôi dưỡng, liên tục, sự khác nhau ở cá nhân trong cấu trúc phổ biến
Sinh thái học và hệ thống	Thuyết của Bronfenbrenner	Phát triển con người trong một loạt hệ thống tương tác	Ít chú trọng tác động Sinh học, chú trọng vừa phải đến tác động tâm lý và chu kỳ đời sống, rất chú trọng tác động xã hội	Tương tác tự nhiên – nuôi dưỡng, liên tục, cụ thể trong từng bối cảnh
	Áp lực cạnh tranh – môi trường (Lawton và Nahemow)	Thích nghi là tối ưu khi khả năng và nhu cầu cân bằng	Chú trọng tác động Sinh học, Tâm lý và xã hội, chú trọng vừa phải đến tác động chu kỳ đời sống	Tương tác tự nhiên – nuôi dưỡng, liên tục, cụ thể trong từng bối cảnh
Quãng đời và chu kỳ đời sống	Quan điểm quãng đời của Riley	Phát triển là bội số được xác định	Rất chú trọng sự tương tác của tất cả 4 tác động, không xem xét tách rời từng tác động bất kỳ	Tương tác tự nhiên - nuôi dưỡng, liên tục và gián đoạn, cụ thể trong từng bối cảnh
	Thuyết chu kỳ đời sống gia đình (Duvall)	Gia đình trải qua một loạt giai đoạn	Rất chú trọng mọi tác động ngoại trừ tác động sinh học	Tương tác tự nhiên - nuôi dưỡng, liên tục và gián đoạn, chuỗi giai đoạn phổ biến

cạnh trong hành vi con người trong suốt quãng đời (Cavanaugh, 1981), vì thế chúng ta sẽ dựa vào nhiều lý thuyết khác nhau trong sách.

Một số lý thuyết này chia sẻ những ý tưởng và giả định về sự phát triển con người nhưng khác nhau về chi tiết. Những lý thuyết này thường hợp thành nhóm để hình thành một quan điểm lý thuyết. Bảng trang 38 liệt kê 5 quan điểm định hướng suy nghĩ đương đại và nghiên cứu về sự phát triển cũng như mô tả các khía cạnh chính của từng quan điểm. Bản giữa cũng đưa ra minh họa lý thuyết, điểm chính, nhấn mạnh khía cạnh nào trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội, và quan điểm về các vấn đề phát triển thường gặp tự nhiên – nuôi dưỡng, liên tục – gián đoạn, và sự phát triển phổ biến so với từng bối cảnh cụ thể.

Trong các trang sau, chúng tôi giới thiệu vắn tắt 5 quan điểm. Khi chúng tôi mô tả từng quan điểm, nên nhớ rằng chúng được tạo ra để cung cấp khuôn khổ rộng cho việc tìm hiểu sự phát triển và kích thích câu hỏi nghiên cứu sâu sắc.

THUYẾT TÂM LÝ ĐỘNG HỌC

Thuyết Tâm lý động học *cho rằng hành vi con người phần lớn do động cơ chi phối, động cơ này ở bên trong và thường vô thức.* Những tác động ẩn này ảnh hưởng mọi khía cạnh trong hành vi, suy nghĩ và nhân cách của chúng ta, nhất là định hình từng phần trong đời sống của chúng ta. Thuyết Tâm lý động học thừa nhận sự phát triển diễn ra trong một loạt giai đoạn phổ biến. Quan điểm này làm nền tảng cho các thuyết nghiên cứu phát triển con người hiện đại lâu đời nhất, phát xuất từ công trình nghiên cứu của Freud cuối thế kỷ 19, đầu thế kỷ 20, cũng như dẫn đến sự phát triển quan điểm quãng đời toàn diện đầu tiên, thuyết Tâm lý xã hội của Erik Erikson.

➡ *Thuyết của Freud*

Thuyết Tâm lý động học lập luận rằng chúng ta được định hướng bằng động cơ và cảm xúc tiềm thức, được định hình bằng kinh nghiệm từ đầu đời. Sigmund Freud (1856 – 1939) (ảnh dưới) là người đầu tiên trong lịch sử đưa ra quan điểm này. Ông cho rằng con người trưởng thành về mặt tâm lý theo các nguyên tắc áp dụng phổ biến nhưng cũng cho rằng mỗi nhân cách của cá nhân được định hình bằng kinh nghiệm trong một bối cảnh xã hội. Freud nhất mực cho rằng kinh nghiệm đầu đời hình thành các mẫu kéo dài trong suốt cả cuộc đời.

Thuyết Phân tâm học của Freud về nhân cách tập trung vào 3 thành phần: xung động bản năng, bản ngã và siêu ngã. Xung động bản năng, *là nguồn cung cấp các xu thế nguyên thuỷ, có từ lúc mới sinh, đây là tác động ép buộc ban thưởng trực tiếp nhu cầu của cơ thể.* Bản ngã *là thành phần nhân cách thực tế, duy lý.* Bản ngã bắt đầu xuất hiện trong năm đầu cuộc đời, để đáp lại thực tế trẻ tuổi ẵm ngửa không thể có được những gì mình muốn. Một ví dụ về bản ngã xuất hiện là việc trẻ biết cách thông báo cho người khác biết nhu cầu của mình khi tiếng khóc của trẻ không còn tác dụng



CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN TÂM LÝ TÌNH DỤC CỦA FREUD

Giai đoạn	Độ tuổi	Mô tả
Miệng	0-1 tuổi	Nhu cầu tâm lý tình dục bằng đường miệng (bú), hình thành sự quyến luyến với mẹ.
Hậu môn	1-3 tuổi	Trẻ con được thúc hối phải kiểm soát bàng quang và ruột, tạo ra sự xung đột giữa thôi thúc sinh học và yêu cầu kiểm soát xã hội.
Tượng dương vật	3-6 tuổi	Năng lượng tâm lý tình dục được hướng về cơ quan sinh dục, thúc giục sự ham muốn bố mẹ khác giới. Sợ bố mẹ cùng giới với mình trả thù là nguyên nhân làm cho trẻ đồng nhất với bố mẹ ấy và thỏa mãn sự hấp dẫn đối với bố mẹ khác giới.
Tiềm ẩn	6-12 tuổi	"Thời gian yên tĩnh" trong đó năng lượng tâm lý tình dục được định hướng thành hoạt động có thể được xã hội chấp nhận chẳng hạn như học ở trường – làm việc và nô đùa cùng với bạn đồng tuổi cùng giới.
Cơ quan sinh dục	Từ 12 tuổi trở lên	Giai đoạn trưởng thành giới tính trong nhu cầu tâm lý tính dục được định hướng sang mối quan hệ tình dục khác giới.

nữa. *Từ năm 3 đến 4 tuổi,* siêu ngã *hay "tác nhân đạo đức" trong nhân cách phát triển khi trẻ bắt đầu kết hợp tiêu chuẩn đúng sai của người lơn*

Freud cũng cho rằng sự phát triển diễn ra trong các giai đoạn phổ biến không thay đổi về chuỗi. Những giai đoạn này phần lớn do khuynh hướng bẩm sinh quyết định để giảm bớt căng thẳng và tăng thêm sự thích thú. Mỗi giai đoạn đều mang tính cách độc đáo bằng sự phát triển khả năng nhận cảm trong bộ phận cơ thể cụ thể hoặc *vùng nhạy cảm tình dục* – nghĩa là, vùng đặc biệt nhạy cảm khi gặp kích thích gợi tình – vào một thời điểm cụ thể trong chuỗi phát triển. Freud gọi những giai đoạn này là *tình dục tâm lý.* Trong lý thuyết của mình, sự phát triển là do tập trung liên tục vào, và giảm bớt căng thẳng ở vùng nhạy cảm tình dục vượt trội trong các thời điểm khác nhau trong đời sống.

Freud cho rằng sự phát triển tiếp diễn tốt nhất khi nhu cầu tâm lý tình dục của trẻ trong từng giai đoạn được tóm tắt trong bảng bên trên, được đáp ứng nhưng không thái quá. Trẻ có nhu cầu không được đáp ứng đủ sẽ thất vọng và do dự khi đến với người khác, vốn là hình thức kích thích chín muồi hơn. Nếu trẻ tìm thấy một nguồn kích thích *thật* vừa ý, thì trẻ nhận thấy không cần phải của cố gắng chuyển sang các giai đoạn cao hơn. Theo quan điểm của Freud, bố mẹ rất khó thỏa mãn nhu cầu của trẻ mà không nuông chiều.

➡ *Thuyết của Erikson*

Theo quan điểm của Freud, sự phát triển nói chung hoàn chỉnh ở tuổi thanh niên. Trái lại, một trong số các học trò của Freud, Erik Erikson (1902 – 1994) (ảnh trang 41) cho rằng sự phát triển tiếp tục trong suốt đời. Erikson chọn nền tảng của Freud rồi mở rộng nó trong suốt tuổi trưởng thành và đến tuổi già.

Trong thuyết Tâm lý xã hội, *Erikson cho rằng sự phát triển nhân cách được quyết định bằng sự tương tác giữa kế hoạch*



trưởng thành bên trong và nhu cầu xã hội bên ngoài. Ông cho rằng chu kỳ đời sống bao gồm 8 giai đoạn mà thứ tự của các giai đoạn được cố định về mặt sinh học. Toàn bộ lý thuyết bao gồm 8 giai đoạn được thể hiện trong bảng bên dưới. Bạn có thể nhìn thấy tên của từng giai đoạn phản ánh thử thách mà con người phải đối mặt ở một độ tuổi cụ thể. Chẳng hạn, thử thách đối với thanh niên là quan tâm đến mối quan hệ yêu đương. Thử thách được đáp ứng thông qua sự kết hợp các tác động tâm lý xã hội bên trong với các tác động xã hội bên ngoài. Khi đáp ứng thành công, con người đã chuẩn bị tốt đáp ứng thử thách trong giai đoạn tiếp theo sau.

Chuỗi giai đoạn trong lý thuyết của Erikson dựa trên nguyên tắc biểu sinh *nghĩa là mỗi sức mạnh tâm lý xã hội đều có thời gian uy lực của chính mình hoặc giai đoạn có ý nghĩa đặc biệt quan trọng.* Tám giai đoạn tượng trưng thứ tự uy lực này. Vì các giai đoạn kéo dài trong suốt quãng đời, nên cần cả đời mới có được tất cả sức mạnh tâm lý xã hội. Ngoài ra, Erikson nhận thấy rằng hành vi hiện tại và sau này đều có nguồn gốc từ quá khứ, vì các giai đoạn sau được hình thành trên nền tảng trước đó.

Chúng ta khảo sát mỗi một giai đoạn của Erikson một cách chi tiết ở cuối sách. Nói chung, chúng ta có thể xem chúng như một chu kỳ lặp đi lặp lại (Logan, 1986):

TÁM GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN TÂM LÝ XÃ HỘI TRONG THUYẾT ERIKSON

Giai đoạn tâm lý xã hội	**Độ tuổi**	**Thử thách**
Tin cậy cơ bản so với hoài nghi	Mới sinh đến 1 tuổi	Phát triển ý thức cho rằng thế giới là "nơi an toàn", tốt
Tự quản so với hổ thẹn và hoài nghi	1 đến 3 tuổi	Thừa nhận rằng con người là một người độc lập có thể ra quyết định
Sáng kiến so với tội lỗi	3 đến 6 tuổi thất bại	Phát triển khả năng thử làm việc mới và giải quyết
Chuyên cần so với tự ti	6 đến tuổi thanh niên	Học hỏi kỹ năng cơ bản và làm việc với người khác
Nhận dạng so với nhầm lẫn nhận dạng	tuổi thanh niên	Phát triển ý thức lâu bền, kết hợp về cái tôi
Thân mật so với cô lập	Đầu tuổi trưởng thành	Ràng buộc với người khác trong mối quan hệ yêu đương
Khả năng sinh sản so với sự ngưng trệ	Giữa tuổi trưởng thành	Góp phần với người nhỏ tuổi hơn, thông qua việc nuôi con, chăm sóc con cái hoặc công việc sản xuất khác
Kết hợp so với thất vọng	Về già	Xem cuộc sống đáng giá và hài lòng

Chu kỳ đầu tiên đi từ tin cậy so với hoài nghi, qua đồng nhất so với nhầm lẫn đồng nhất, chu kỳ thứ hai đi từ mật thiết so với cô lập qua nguyên vẹn so với tuyệt vọng. Trong quan điểm này, diễn tiến phát triển sơ cấp là tin cậy → đạt được → trọn vẹn. Trong suốt cuộc đời, trước tiên chúng ta xác lập rằng có thể tin cậy người khác và chính mình, tượng trưng bằng tin cậy cơ bản so với hoài nghi trong chu kỳ đầu. Trong chu kỳ thứ hai, chúng ta tìm kiếm một người mà mình có thể đủ để tin cậy để hình thành mối quan hệ mật thiết, được tượng trưng bằng tính mật thiết so với cô lập. Trong khi đạt được, chúng ta có nhu cầu tạo ra một điều gì đó của chính mình, được thấy trong chu kỳ đầu tiên trong sáng kiến so với tội lỗi và giai đoạn chuyên cần so với tự ti, và trong chu kỳ thứ hai trong giai đoạn khả năng sinh sản so với sự ngưng trệ. Sau cùng, chúng ta tìm cách trả lời câu hỏi mình là ai, điều gì trong chu kỳ đầu tiên là giai đoạn đồng nhất so với nhầm lẫn đồng nhất, và trong chu kỳ thứ hai giai đoạn nguyên vẹn so với tuyệt vọng. Từ quan điểm của Erikson, chỉ có một vài vấn đề mà chúng ta đối mặt trong đời sống, và theo chu kỳ chúng ta trở lại với chúng để đạt đến cách giải quyết cao hơn. Sự trở về một số vấn đề quan trọng này là một ví dụ điển hình của tác động chu kỳ đời sống mà chúng ta đã đề cập trước đây.

Cho dù chúng ta có gọi chúng là thách thức, khủng hoảng hoặc xung đột chăng nữa, thì quan điểm Tâm lý động học nhấn mạnh rằng sự chuyển qua tuổi trưởng thành là rất khó vì con đường đầy dẫy vật cản. Kết quả phát triển phản ánh thái độ và sự dễ chịu mà trẻ em dùng để vượt qua rào cản trong đời sống. Khi trẻ vượt qua rào cản ban đầu dễ dàng, thì trẻ có khả năng giải quyết các rào cản sau này tốt hơn. Một lý thuyết gia tâm lý động học bảo với Betty rằng tố chất vui vẻ của con trai cô và kết quả học tập tốt của con cho thấy cậu ta đã giải quyết rào cản ban đầu trong đời sống rất tốt, là dấu hiệu tốt lành cho sự phát triển sau này.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tám giai đoạn phát triển tâm lý xã hội của Erikson giống với bốn giai đoạn phát triển tâm lý tình dục của Freud ra sao ? Chúng khác nhau ra sao?

THUYẾT TẬP QUEN

Trái với thuyết Tâm lý động học, thuyết Tập quen nhấn mạnh việc tập quen ảnh hưởng đến hành vi con người ra sao. Quan điểm này nhấn mạnh vai trò của kinh nghiệm, nhấn mạnh liệu hành vi của một người có được tưởng thưởng hoặc trừng phạt hay không. Quan điểm này cũng nhấn mạnh rằng con người tập quen từ việc quan sát người khác quanh mình. Hai lý thuyết thuyết phục trong quan điểm này là thuyết Hành vi và thuyết Tập quen xã hội.

Thuyết Hành vi

Vào khoảng đầu thế kỷ 20 thuyết Tâm lý động học ngày càng được nhiều người quan tâm, John Watson (1878 – 1958) trong số các nhà Tâm lý học đầu tiên bênh vực quan điểm của triết gia người Anh John Locke cho rằng đầu óc của trẻ là trang giấy trắng để viết kinh nghiệm vào. Watson lập luận rằng tập quen sẽ quyết định đứa trẻ sau này sẽ ra sao ông cho rằng nếu áp dụng đúng kỹ thuật, có thể học được mọi thứ, ai cũng thế. Nói cách khác, trong quan điểm của Watson, kinh nghiệm rất quan trọng trong việc quyết định quá trình phát triển.

Watson tiến hành nghiên cứu nho nhỏ để hỗ trợ cho khẳng định của mình, B. F. Skinner (1904 – 1990) (ảnh trang 43) lấp vào khoảng trống này. *Skinner nghiên*



cứu biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm, *trong đó kết quả của một hành vi quyết định liệu một hành vi có lặp đi lặp lại trong tương lai hay không.* Skinner chứng minh rằng hai loại kết quả đều có ảnh hưởng đặc biệt. Sự củng cố *là kết quả làm tăng khả năng hành vi có thể xảy ra trong tương lai.* Củng cố tích cực bao gồm việc trao phần thưởng như sô-cô-la, sao vàng, hoặc trả ngân phiếu để gia tăng khả năng có thể lặp lại hành vi trước đây. Một ông bố muốn khuyến khích con gái của mình giúp làm chuyện nhà có thể củng cố cô bé bằng lời khen, bánh kẹo, hoặc tiền khi cô bé dọn dẹp phòng ngủ của mình ngăn nắp. Củng cố tiêu cực bao gồm việc thưởng cho người khác khi loại bỏ những điều khó chịu. Cùng một ông bố có thể sử dụng củng cố tiêu cực bằng cách cho rằng bất kỳ khi nào con gái của mình dọn dẹp phòng ngủ ngăn nắp thì cô không phải rửa chén hoặc giặt đồ.

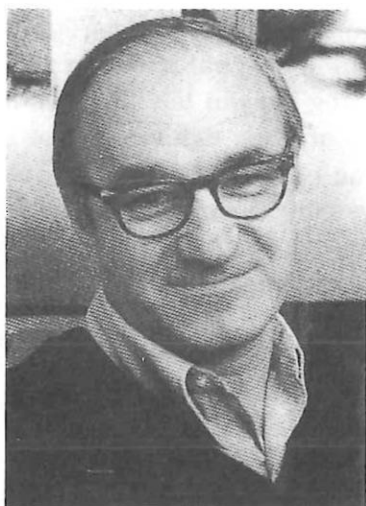
Hình phạt *là kết quả làm giảm khả năng hành vi có thể xảy ra sau này.* Hình phạt kiềm chế hành vi bằng cách tăng thêm một điều gì đó không thích hoặc bằng cách ngăn chặn một sự kiện thú vị. Nếu con gái không dọn dẹp phòng thì ông bố có thể phạt cô bằng roi vọt (tăng thêm một số điều không thích) hoặc bằng cách không cho con gái xem truyền hình (ngăn chặn một sự kiện thú vị).

Nghiên cứu của Skinner chủ yếu được tiến hành ở động vật nhưng ít lâu sau các nhà nghiên cứu phát triển con người chứng minh rằng nguyên tắc biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm có thể mở rộng sang con người (Baer & Wolf, 1968). Nếu được áp dụng đúng cách, củng cố và hình phạt thực sự là những tác động rất mạnh đối với trẻ em, thanh niên và người lớn.

➨ *Thuyết Tập quen xã hội*

Các nhà nghiên cứu phát hiện rằng con người đôi lúc tập quen theo cách không thể giải thích bằng biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm. Quan trọng nhất trong số này là con người đôi lúc tập quen không cần củng cố hay hình phạt. *Con người tập quen bằng cách đơn thuần quan sát người khác quanh mình được gọi là* sự bắt chước *hoặc* tập quen quan sát. Bắt chước diễn ra khi một kẻ tập đi vứt đồ chơi sau khi nhìn thấy kẻ tập đi khác làm như thế hoặc khi một kẻ độ tuổi đến trường đề nghị giúp người già mang hộ đồ gia vị vì kẻ nhìn thấy bố mẹ mình đã làm như thế.

Có lẽ sự bắt chước khiến bạn nghĩ đến "bắt chước như khỉ", trong đó con người hoàn toàn bắt chước làm theo những gì mình thấy. Các nhà điều tra ban đầu cũng có quan điểm này nhưng nhanh chóng nghiên cứu cho thấy điều này sai lầm. Con người không phải lúc nào cũng bắt chước những gì mình thấy xung quanh. Con người có nhiều khả năng bắt chước nếu họ nhận thấy người ấy nổi tiếng thông minh hay có tài. Con người cũng có nhiều khả năng bắt chước khi hành vi họ thấy được thưởng nhiều hơn là phạt. Chứng cứ như thế này ngụ ý rằng sự bắt chước phức tạp hơn sự mô phỏng tuyệt đối nhiều. Con người không phải máy móc mô phỏng những gì mình nhìn và nghe thấy, thay vào đó họ nhìn người khác để tìm thông tin về hành vi thích hợp. Khi bạn đồng tuổi nổi tiếng, thông minh được củng cố cách hành xử trong một cách cụ thể thì họ sẽ bắt chước theo.



Albert Bandura (1918 –) (ảnh trên) đặt *thuyết Nhận thức xã hội* của mình *trên quan điểm phần thưởng, hình phạt và bắt chước phức tạp hơn này*. Thuyết của Bandura mang tính "nhận thức" vì ông nghĩ rằng con người tích cực cố gắng tìm hiểu những gì đang diễn ra trên thế giới, lý thuyết mang tính "xã hội" vì, cùng với việc củng cố và hình phạt, những gì người khác đang làm là một nguồn thông tin quan trọng về thế giới.

Bandura cũng lập luận rằng kinh nghiệm giúp cho con người ý thức cái tôi hiệu quả, *ám chỉ niềm tin của con người về khả năng và tài năng của chính mình.* Niềm tin cái tôi hiệu quả giúp xác định khi nào người ta sẽ bắt chước người khác. Một đứa trẻ nhận thấy mình không có khiếu thể thao sẽ không bắt chước Michael Jordan chơi bóng rổ, cho dù anh ta có tài và nổi tiếng thật sự. Vì thế, liệu người ta có bắt chước người khác hay không tùy thuộc vào việc người ấy là ai, cho dù hành vi của người ấy có được tưởng thưởng hay không, và suy nghĩ của con người về tài năng của chính mình.

Thuyết Nhận thức xã hội của Bandura khác hẳn biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm của Skinner. Người biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm phản ứng một cách máy móc đối với việc củng cố và hình phạt được thay thế bằng người nhận thức xã hội chủ động giải thích những sự kiện này và sự kiện khác. Tuy nhiên, Skinner, Bandura, và tất cả các lý thuyết gia tập quen đều có cùng quan điểm cho rằng kinh nghiệm thúc đẩy con người trong cuộc hành trình phát triển. Họ bảo với Betty rằng bà có thể cám ơn kinh nghiệm đã làm cho Marcus vừa hạnh phúc lẫn thành công trong học vấn.

THUYẾT PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Vẫn còn cách khác để tiếp cận sự phát triển là phải tập trung vào quá trình suy nghĩ và xây dựng kiến thức. Trong thuyết Phát triển nhận thức, điều quan trọng là con người suy nghĩ ra sao và suy nghĩ thay đổi như thế nào qua thời gian. Người ta phát triển hai tiếp cận dễ phân biệt. Một tiếp cận cho rằng suy nghĩ phát triển trong một chuỗi các giai đoạn phổ biến, thuyết Phát triển nhận thức của Piaget (và những mở rộng gần đây của thuyết) và thuyết Lập luận đạo đức của Kohlberg là hai ví dụ. Tiếp cận khác cho rằng con người xử lý thông tin giống như máy vi tính, và ngày càng hiệu quả hơn khi tuổi đời càng cao, thuyết Xử lý thông tin là một ví dụ cho quan điểm này.

Thuyết của Piaget

Quan điểm phát triển nhận thức tập trung vào việc trẻ em hình thành kiến thức của mình ra sao và sự hình thành của trẻ thay đổi qua thời gian như thế nào. Jean Piaget (1896 – 1980) (ảnh trang 45), vốn là một nhà Tâm lý học phát triển có nhiều ảnh hưởng nhất của thế kỷ 20, là người nổi tiếng nhất trong số những người theo thuyết này. Piaget cho rằng trẻ con cố tìm hiểu thế giới của mình một cách tự nhiên. Trong suốt tuổi ẵm ngửa, thời thơ ấu, và tuổi thanh niên, trẻ con muốn tìm hiểu hoạt động của cả thế giới tự nhiên lẫn xã hội. Chẳng hạn, trẻ con tuổi ẵm



ngửa muốn biết vấn đề: "Chuyện gì xảy ra khi mình đẩy đồ chơi này rớt khỏi bàn?" Và trẻ con muốn tìm hiểu về con người "Người này có phải là người nuôi dưỡng, chăm sóc cho mình không?"

Piaget lập luận rằng trong nỗ lực tìm hiểu thế giới của mình, trẻ hành động giống như các nhà khoa học trong việc tạo ra lý thuyết về thế giới tự nhiên và xã hội. Trẻ con cố liên kết tất cả những gì mình biết về sự vật và con người thành một lý thuyết hoàn chỉnh. Lý thuyết của trẻ con được kinh nghiệm trắc nghiệm hàng ngày vì lý thuyết của trẻ con khiến trẻ con mong đợi một điều gì đó sẽ xảy ra. Cũng như lý thuyết khoa học thực sự, khi các sự kiện dự đoán thực sự diễn ra, thì niềm tin của trẻ con vào lý thuyết của mình sẽ mạnh hơn. Khi sự kiện dự đoán không xảy ra, trẻ con phải xem lại lý thuyết của mình. Chẳng hạn, lý thuyết sự vật của trẻ con có thể bao gồm quan điểm chiến lược "đồ chơi đẩy khỏi bàn sẽ rơi xuống đất". Nếu trẻ con đẩy một số đồ vật – đĩa hoặc quần áo – thì sẽ nhận thấy chúng cũng rơi xuống sàn và có thể làm cho lý thuyết mang tính chung hơn: "Đồ vật đẩy ra khỏi bàn sẽ rơi xuống sàn".

Piaget cũng cho rằng vào một vài thời điểm tới hạn trong sự phát triển, trẻ bắt đầu hình thành kiến thức theo cách mới. Khi điều này xảy ra, trẻ con xem lại lý thuyết của mình một cách cơ bản. Những thay đổi này mang tính cơ bản đến mức lý thuyết được xem lại trong nhiều phương diện là một lý thuyết mới về tên gọi. Piaget quả quyết rằng những thay đổi này xảy ra ba lần trong sự phát triển: một lần khi hai tuổi, lần thứ hai khi bảy tuổi, và lần thứ ba ngay trong tuổi thanh niên. Những thay đổi này có nghĩa là trẻ trải qua bốn giai đoạn dễ phân biệt trong phát triển nhận thức. Mỗi giai đoạn tượng trưng cho một thay đổi cơ bản trong cách trẻ tìm hiểu và sắp xếp môi trường của mình, và mỗi giai đoạn mang quan điểm nhiều loại lập luận tinh vi hơn. Chẳng hạn, giai đoạn vận động nhận cảm bắt đầu lúc mới sinh và kéo dài cho đến khoảng hai tuổi. Như được ngụ ý qua tên gọi, suy nghĩ vận động nhận cảm ám chỉ việc hình thành kiến thức của trẻ thông qua kinh nghiệm vận động và nhận cảm. Giai đoạn này và ba giai đoạn sau đó được thể hiện trong bảng trang 46.

Thuyết của Piaget có rất nhiều ảnh hưởng đối với cách suy nghĩ về phát triển nhận thức của các nhà phát triển và trong ngành. Lý thuyết được áp dụng bằng nhiều cách – từ việc hình thành khám phá tìm hiểu đồ chơi ở trẻ con cho đến cách giáo viên soạn bài. Tuy nhiên, lý thuyết của ông thường bị phê phán. Một số người cho rằng Piaget đánh giá thấp khả năng của trẻ con tuổi ẵm ngửa và trẻ con nhỏ. Tính phổ biến về chuỗi giai đoạn của ông không nhận được chứng cứ ủng hộ trong các nền văn hóa

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Cố sử dụng khái niệm cơ bản về biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm (trang 42-43) để giải thích trẻ hình thành lý thuyết thế giới tự nhiên và xã hội ra sao.

BỐN GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC CỦA PIAGET

Giai đoạn	Độ tuổi khoảng	Đặc điểm
Vận động nhận cảm	Mới sinh đến 2 tuổi	Hiểu biết thế giới của trẻ dựa trên giác quan và kỹ năng vận động. Cuối giai đoạn, sử dụng miêu tả suy nghĩ.
Suy nghĩ tiền hoạt động	2 đến 6 tuổi	Trẻ học cách sử dụng biểu tượng chẳng hạn từ ngữ và con số để mô tả các khía cạnh thế giới nhưng liên kết với thế giới chỉ bằng quan điểm của mình.
Suy nghĩ hoạt động cụ thể	7 tuổi đến đầu tuổi thanh niên	Trẻ hiểu và áp dụng hoạt động logic vào kinh nghiệm miễn là chúng được tập trung ở đây và lúc này
Suy nghĩ hoạt động hình thức	từ tuổi thanh niên trở lên	Thanh niên hoặc người lớn suy nghĩ trừu tượng giải quyết tình huống giả thuyết, và suy đoán về những gì có thể

khác nhau. Gần đây, thuyết của Piaget được mở rộng bao gồm nhiều thay đổi nhận thức quan trọng ở tuổi trưởng thành. Chúng ta nghiên cứu những vấn đề này chi tiết hơn trong các Chương 4, 6, và 9.

Thuyết của Kohlberg

Vì thuyết của Piaget một mặt cố kết hợp sự trưởng thành và kinh nghiệm và mặt khác là sự phát triển nhận thức và xã hội, đã truyền cảm hứng cho các nhà theo thuyết Phát triển với nhiều loại quan tâm đa dạng. Một trong những người có ảnh hưởng nhất trong số này là Lawrence Kohlberg, người xây dựng thuyết Lập luận đạo đức của mình trên nền tảng thuyết Phát triển nhận thức chung của Piaget.

Chúng ta sẽ hiểu chi tiết trong Chương 9, Kohlberg mô tả một chuỗi các giai đoạn cố định phản ánh nhiều cách suy nghĩ khác của con người về tình huống khó xử đạo đức. Thuyết của Kohlberg là một minh họa tuyệt vời về việc một thuyết phát triển chung, thuyết của Piaget, có thể được tập trung ra sao để giải quyết vấn đề lập luận đạo đức nhiều hạn chế hơn. Các giai đoạn của Kohlberg khá giống với các giai đoạn của Piaget, nhưng chúng bao gồm cấp độ suy nghĩ vượt khỏi giai đoạn sau cùng của Piaget. Trong khía cạnh này, thuyết của Kohlberg là sự mở rộng công trình của Piaget.

Thuyết Xử lý thông tin

Không phải tất cả lý thuyết gia phát triển nhận thức nào cũng xem sự phát triển là một chuỗi các giai đoạn. Chẳng hạn các nhà lý thuyết Xử lý thông tin đều phụ thuộc vào cách hoạt động của máy tính để giải thích tư duy và tư duy phát triển ra sao từ thời thơ ấu cho đến tuổi thanh niên. *Cũng như máy tính bao gồm cả phần cứng (ổ đĩa, bộ nhớ truy cập ngẫu nhiên và thiết bị xử lý trung tâm) lẫn phần mềm (chương trình chúng ta sử dụng),* thuyết xử lý thông tin *cho rằng nhận thức con người bao gồm phần cứng trí tuệ và phần mềm trí tuệ.* Phần cứng trí tuệ ám chỉ cấu trúc nhận thức bao gồm các bộ nhớ khác nhau nơi lưu trữ thông tin. Phần mềm trí tuệ bao gồm các tập hợp quá trình nhận thức giúp trẻ con thực hiện nhiệm vụ cụ thể chẳng hạn những việc như đọc một câu, chơi game

hoặc đánh trúng bóng chày. Chẳng hạn, một nhà Tâm lý học xử lý thông tin sẽ cho rằng, đối với cô gái trong ảnh (bên phải) sẽ làm tốt bài thi, cô phải mã hóa thông tin như lúc cô học, lưu trữ thông tin trong bộ nhớ, sau đó truy cập thông tin cần thiết trong khi thi.



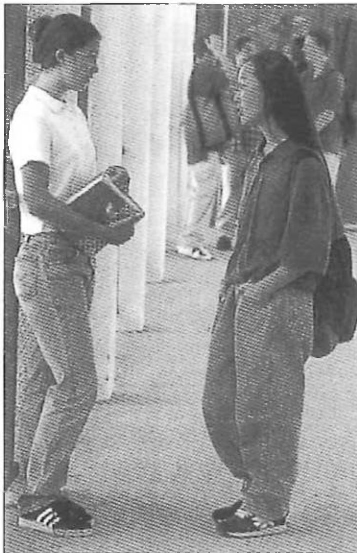
Các nhà Tâm lý học xử lý thông tin giải thích thay đổi phát triển trong tư duy ra sao? Để trả lời câu hỏi này, hãy đến với những cải tiến trong máy tính cá nhân. Máy tính cá nhân ngày nay có thể thực hiện nhiều việc hơn máy tính chế tạo cách đây một vài năm. Tại sao? Vì máy tính ngày nay có phần cứng tốt hơn (chẳng hạn nhiều bộ nhớ và thiết bị xử lý trung tâm nhanh hơn) và bởi lẽ chúng có phần mềm tinh vi hơn tận dụng phần cứng tốt hơn. Như máy tính hiện đại, trẻ em và thanh niên đang có phần cứng và phần mềm tốt hơn trẻ nhỏ, giống như model lỗi thời của năm rồi. Chẳng hạn, trẻ lớn tuổi hơn thường giải câu đố chữ tốt hơn trẻ nhỏ vì chúng có dung lượng bộ nhớ nhiều hơn khi lưu trữ sự kiện và vì phương pháp thực hiện các phép tính số học hiệu quả hơn.

Một số nhà nghiên cứu cũng chỉ rõ sự giảm giá trị của phần cứng trí tuệ cùng với sự sút giảm của phần mềm trí tuệ như giải thích lão hóa nhận thức. Chúng ta sẽ thấy trong Chương 13, chẳng hạn lão hóa thông thường mang đến thay đổi đáng kể trong khả năng xử lý thông tin của con người.

Đối với Piaget, Kohlberg, và các lý thuyết gia xử lý thông tin, suy nghĩ của trẻ con tinh vi hơn khi chúng lớn. Piaget và Kohlberg giải thích sự thay đổi này là do kiến thức tinh vi hơn trên hình thành nơi con trẻ sự suy nghĩ phức tạp hơn, các nhà Tâm lý học xử lý thông tin qui nó vào phần cứng trí tuệ và phần mềm trí tuệ tinh vi hơn. Không có lý thuyết gia nào trong số này bảo với Betty về tính tốt của Marcus. Đối với thành công trong học tập của cậu, Piaget và Kohlberg giải thích rằng tất cả trẻ em đều muốn tìm hiểu thế giới của mình một cách tự nhiên, Marcus hoàn toàn không phải là trường hợp đặc biệt trong khía cạnh này. Một nhà Tâm lý học xử lý thông tin sẽ nêu rõ phần cứng và phần mềm vượt trội là điều mấu chốt dẫn đến thành công trong học tập.

TIẾP CẬN SINH THÁI HỌC VÀ CÁC HỆ THỐNG

Hầu hết các nhà phát triển cho rằng môi trường là một tác động quan trọng trong nhiều khía cạnh phát triển. Tuy nhiên, chỉ có các lý thuyết Sinh thái học mới tập trung nghiên cứu tính phức tạp của môi trường và sự liên kết của chúng với phát triển. *Trong* **thuyết Sinh thái học,** *là một ngành của Sinh học chuyên nghiên cứu mối quan hệ của sinh vật với môi trường của chúng và giữa các sinh vật với nhau, sự phát triển con người không thể tách rời các bối cảnh môi trường mà trong đó con người phát triển.* Tiếp cận Sinh thái học rất rộng, cho rằng tất cả khía cạnh phát triển đều kết nối với nhau, giống như sợi tơ trong mạng nhện đan quyện với nhau. Sự kết nối với nhau có nghĩa là không có khía cạnh phát triển nào có thể biệt lập với nhau và được hiểu một cách độc lập. Một lý thuyết gia sinh thái sẽ nhấn mạnh rằng nếu chúng ta



muốn tìm hiểu tại sao thanh niên trong ảnh (bên trên) hành xử như thế, chúng ta cần tìm hiểu nhiều hệ thống khác nhau ảnh hưởng đến họ, bao gồm bố mẹ, bạn đồng tuổi, thầy cô, truyền hình, hàng xóm và chính sách xã hội.

Chúng ta xét đến hai ví dụ trong tiếp cận Sinh thái học và hệ thống: thuyết của Bronfenbrenner và khuôn khổ cạnh tranh – áp lực môi trường.

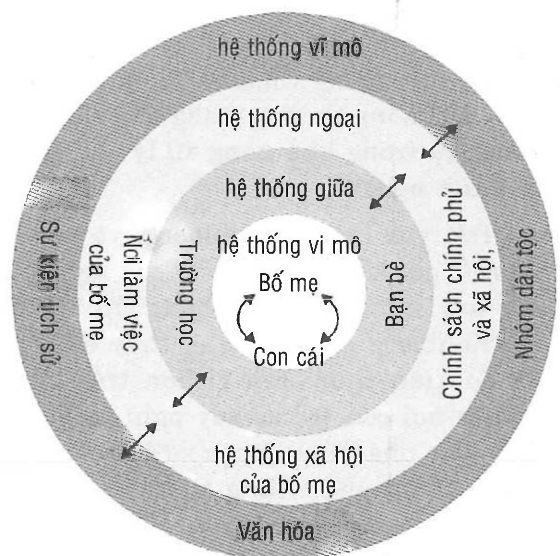
➡ Thuyết của Bronfenbrenner

Người đề xuất tiếp cận Sinh thái học nổi tiếng nhất là Urie Bronfenbrenner (1979, 1989, 1995), cho rằng trẻ con phát triển được gắn kết với một loạt hệ thống phức tạp và tương tác. Bronfenbrenner chia môi trường thành bốn cấp như trong biểu đồ (bên phải): hệ thống vi mô, hệ thống giữa, hệ thống ngoại và hệ thống vĩ mô. *Vào một thời điểm bất kỳ trong đời sống,* **hệ thống vi mô** *bao gồm con người và vật thể trong môi trường sát cạnh cá nhân.* Đây là những người gần gũi với trẻ nhất chẳng hạn như bố mẹ hoặc anh chị em ruột. Một số trẻ có nhiều hệ thống vi mô chẳng hạn trẻ nhỏ có hệ thống vi mô là gia đình và chăm sóc ban ngày. Như bạn có thể hình dung, hệ thống vi mô ảnh hưởng đến sự phát triển rất nhiều.

Bản thân hệ thống vi mô được kết nối để hình thành **hệ thống giữa**. Hệ thống giữa tạo ra sự kết nối trong khắp hệ thống vi mô vì những gì xảy ra trong một hệ thống vi mô này chắc chắn ảnh hưởng đến hệ thống vi mô khác. Có lẽ bạn nhận thấy rằng nếu mình có một ngày làm việc hoặc học tập căng thẳng thì về nhà rất cáu. Điều này cho thấy hệ thống giữa của bạn đang hoạt động và rất tốt, hệ thống vi mô ở nhà và nơi làm việc được kết nối với nhau về mặt cảm xúc.

Hệ thống ngoại *ám chỉ bối cảnh xã hội mà một người không thể trải qua trực tiếp nhưng vẫn còn ảnh hưởng đến sự phát triển.* Chẳng hạn một bà mẹ chú ý đến con mình nhiều hơn khi tình hình công việc trôi chảy và ít chú ý hơn khi bị công việc làm cho căng thẳng. Mặc dù ảnh hưởng của hệ thống ngoại ít ra chỉ ở hàng thứ nhưng tác động của nó đối với trẻ đang phát triển rất mạnh.

Bối cảnh môi trường rộng nhất là **hệ thống vĩ mô**, *các nền phụ văn hóa và văn hóa mà trong đó hệ thống vi mô, hệ thống giữa và hệ thống ngoại được gắn vào.* Một bà mẹ, nơi làm việc của bà ta,



Phỏng theo Lopp và Krakow, 1982.

con cái, trường học của con bà ta là một phần trong bối cảnh văn hóa rộng lớn hơn chẳng hạn như người Mỹ gốc Á sống ở Nam California hay người Mỹ gốc Ý sống ở các thành phố lớn trên Bờ biển phía Đông nước Mỹ. Thành viên của những nhóm văn hóa này có cùng chung nhân dạng, chung di sản thừa kế và giá trị. Hệ thống vĩ mô phát triển theo thời gian, điều gì đúng về một nền văn hóa cụ thể ngày nay có thể hoặc không thể đúng trong quá khứ và có thể hoặc không thể đúng trong tương lai. Vì thế, mỗi thế hệ trẻ tiếp nối nhau có thể phát triển trong một hệ thống vĩ mô riêng.

Thuyết cạnh tranh – áp lực môi trường

Một tiếp cận thứ hai, ít phức tạp hơn cũng nhấn mạnh đến sự tương tác của cá nhân với môi trường của mình là thuyết Cạnh tranh – áp lực môi trường của Lawton và Nahemow (1973). Chúng ta sẽ đọc chi tiết hơn trong Chương 14, thuyết này ban đầu được đưa ra để giải thích cách hoạt động chức năng của người cao tuổi trong môi trường của mình. Về cơ bản, thuyết này cho rằng con người thích nghi tốt như thế nào tùy vào sự kết hợp giữa sự cạnh tranh hoặc khả năng và áp lực môi trường hoặc môi trường áp đặt yêu cầu đối với họ.

Khái niệm "phù hợp nhất" hoặc "thích hợp nhất" dẫn đến sự thích nghi có thể mở rộng trong suốt cuộc đời. Chẳng hạn, kỹ năng xã hội của trẻ con phù hợp với yêu cầu của nhóm bạn đồng tuổi tốt ra sao có thể giải thích cho việc nhóm bạn đồng tuổi có chấp nhận đứa trẻ ấy hay không. Cũng với thuyết của Bronfenbrenner, thuyết Cạnh tranh – áp lực môi trường nhấn mạnh rằng để tìm hiểu chức năng hoạt động của con người điều cần thiết là phải tìm hiểu hệ thống con người đang sống.

Các lý thuyết gia Sinh thái học nhất trí với các lý thuyết gia tập quen trong việc nói với Betty rằng môi trường là điều mấu chốt trong tố chất tốt bụng của đứa con và thành tích cao trong học tập. Tuy nhiên, lý thuyết gia Sinh thái học nhất mực cho rằng môi trường có nghĩa là sự củng cố, sự trừng phạt và sự quan sát vốn là trọng tâm trong thuyết tập quen. Lý thuyết gia Sinh thái học sẽ nhấn mạnh mức độ khác nhau trong ảnh hưởng của môi trường đối với Marcus. Có lẽ khả năng cân đối công việc và gia đình của Betty khá tốt (có nghĩa là cô luôn ở trong tâm trạng tốt) tích cực góp phần vào sự phát triển của Marcus cũng như tư cách thành viên của Betty trong một nhóm văn hóa đã nhấn mạnh giá trị học tốt trong trường học.

THUYẾT CUỘC ĐỜI VÀ CHU KỲ ĐỜI SỐNG

Hầu hết các thuyết nghiên cứu sự phát triển con người mà chúng ta vừa xem xét đã chú ý không nhiều hoặc không chú ý cụ thể đối với người lớn. Về mặt lịch sử, tuổi trưởng thành ít được xét đến vì cho rằng đây là lúc khả năng đạt đến thời kỳ ít tăng trưởng (chứ không phải tiếp tục phát triển) và tiếp theo sau tuổi trưởng thành là sự sút giảm dần đi cho đến tuổi già là điều chắc chắn không thể tránh khỏi. Tuy nhiên, lĩnh vực phát triển người lớn và tuổi già đã phát triển nhiều từ cuối thập niên 1940. Do đó, nhiều quan điểm lý thuyết mới nhấn mạnh ý nghĩa quan trọng của việc sự phát triển con người như một quá trình suốt đời. Thuyết cuộc đời và chu kỳ đời sống xem sự phát triển theo nghĩa một người đang ở đâu và đang hướng về đâu.

Quan điểm quãng đời

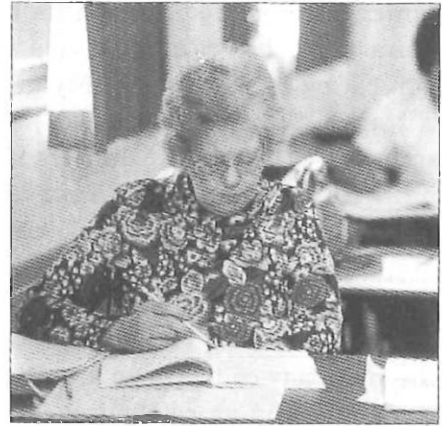
Theo quan điểm quãng đời, *sự phát triển con người được quyết định và không thể được hiểu trong phạm vi khuôn khổ duy nhất.* Matilda Riley, người chịu trách nhiệm nhiều nhất đối với việc phát triển quan điểm suốt quãng đời nhấn mạnh rằng sự phát triển con người phải được xét đến từ

khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Tiền đề cơ bản của quan điểm suốt cuộc đời, trong đó tuổi già được xét đến trong bối cảnh phần còn lại của cuộc đời như sau (Riley, 1979):

- Tuổi già là một tiến trình trưởng thành và già trong suốt đời, bắt đầu với khái niệm đã được định hình và kết thúc bằng cái chết. Không có giai đoạn duy nhất nào trong đời sống một con người (chẳng hạn như thời thơ ấu, tuổi thanh niên hoặc tuổi trung niên) có thể hiểu khi tách biệt nó với nguồn gốc và kết quả của nó. Để tìm hiểu một giai đoạn cụ thể, chúng ta phải biết trước đó điều gì đã đến và sau đó điều gì sẽ đến.
- Đời sống của con người như một màn kịch chịu tác động của thay đổi xã hội, môi trường và lịch sử ra làm sao. Vì thế, kinh nghiệm của thế hệ này không thể giống như kinh nghiệm của thế hệ khác.
- Các mẫu phát triển mới là nguyên nhân làm thay đổi xã hội. Chẳng hạn, việc thực hiện hình phạt thể xác hà khắc trong một vài thập niên trước làm tổn hại sự phát triển tâm lý dẫn đến việc thông qua đạo luật hạn chế quyền sử dụng hình thức hình phạt này của bố mẹ. Vì thế không những thay đổi xã hội đã làm ảnh hưởng đến sự phát triển của con người mà các mẫu phát triển còn ảnh hưởng đến xã hội.

Quan điểm này nhấn mạnh rằng con người tiếp tục phát triển và thay đổi suốt cuộc đời (Brim & Kagan, 1980). Chẳng hạn, người lớn tuổi trong ảnh chụp đang thúc đẩy sự phát triển của mình bằng cách trở lại trường học. Từ quan điểm này, sự phát triển bao gồm các quá trình cần thiết để phát huy tiềm năng cá nhân trong bất kỳ lĩnh vực nào chẳng hạn như thể hình khỏe mạnh, khả năng trí tuệ và kỹ năng xã hội.

Quan điểm cuộc đời rất quan trọng vì nó chọn quan điểm phát triển theo Chính



thể luận bằng cách kết hợp khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Trong quan điểm Chính thể luận này, hành vi *nổi bật* – nghĩa là chúng không thể hiểu hoặc dự đoán bằng cách chỉ xét đến các bộ phận cấu thành. Người ta không thể dự đoán một người 67 tuổi sẽ ra sao một khi chỉ biết được trước đây người ấy như thế hoặc phân nhỏ hành vi của người ấy thành nhiều đơn vị nhỏ hơn chẳng hạn như thành phần nhận thức hoặc nhân cách. Đúng ra một số khía cạnh hành vi sẽ không đổi, trong khi các khía cạnh khác sẽ là mới, phản ánh sự gián đoạn trong phát triển. Quan điểm cuộc đời xem tự nhiên và nuôi dưỡng tương tác với nhau. Các khác biệt cá nhân trong sự phát triển là qui luật, vì thế sự phát triển là cụ thể cho từng bối cảnh.

Thuyết chu kỳ đời sống gia đình

Điểm chính trong quan điểm quãng đời là biết khi nào một số sự kiện diễn ra trong đời. Khía cạnh này nhấn mạnh ý nghĩa quan trọng của tác động chu kỳ đời sống trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Tiêu điểm này khiến một số nhà nghiên cứu phát triển thuyết Phát triển chu kỳ đời sống. Một ví dụ của những thuyết này, mà chúng ta sẽ tìm hiểu chi tiết hơn trong chương 10, là thuyết chu kỳ đời sống gia đình của Duvall (1977). Thuyết này cho rằng gia đình trải qua một loạt thay đổi chung liên quan đến độ tuổi của trẻ chứ không phải độ tuổi của bố mẹ. Mặc dù mỗi

giai đoạn đều có đặc điểm của riêng mình, biểu thị sự phát triển gián đoạn, gia đình cũng thể hiện một số sự nhất quán trong tất cả giai đoạn dưới dạng cách giải quyết tình huống. Thuyết này cho rằng sự phát triển gia đình được quyết định gấp bội và đó là các khả năng di truyền tương tác với kinh nghiệm để định hình hành vi.

Nói chung, thuyết quãng đời và chu kỳ đời sống thúc đẩy một tập hợp lý thuyết phát triển tổng hợp bằng cách hướng sự chú ý vào vai trò tuổi già trong bối cảnh rộng hơn trong sự phát triển con người. Những thuyết này đóng một vai trò quan trọng trong việc khái niệm hóa tuổi trưởng thành và tạo ảnh hưởng rất nhiều đến nghiên cứu mà chúng ta sẽ xét đến trong chương 9 – 14. Và các lý thuyết gia cuộc đời và chu kỳ đời sống bảo với Betty rằng Marcus sẽ tiếp tục phát triển trong suốt những năm trưởng thành, và cuộc hành trình phát triển này sẽ chịu tác động Tâm sinh học xã hội, trong đó có gia đình của chính cậu ta.

BỨC TRANH TOÀN CẢNH

Mỗi thuyết đưa ra cách giải thích các tác động Sinh học, Tâm lý học, văn hóa xã hội và chu kỳ đời sống tạo ra sự phát triển con người ra sao. Nhưng vì không có thuyết nào đưa ra được lời giải thích hoàn chỉnh tất cả khía cạnh phát triển nên chúng ta phải dựa vào khuôn khổ Tâm sinh học xã hội để có được lời giải thích dựa trên nhiều thuyết khác nhau. Trong suốt phần còn lại của sách này, bạn sẽ tìm thấy nhiều thuyết khác nhau về tiêu điểm và phạm vi. Để giúp bạn hiểu chúng tốt hơn, mỗi thuyết sẽ được giới thiệu trong bối cảnh vấn đề mà thuyết ấy nhắm vào.

Vì một trong tiêu chuẩn đánh giá một lý thuyết là thuyết ấy có thể kiểm chứng, nên các nhà theo thuyết Phát triển chấp nhận một số phương pháp để thực hiện điều này. Phần kế tiếp cung cấp một cái nhìn khái quát các phương pháp được các nhà theo thuyết Phát triển sử dụng khi tiến hành nghiên cứu và kiểm tra lý thuyết của mình.

TỰ KIỂM TRA

1. ________ sắp xếp kiến thức để cung cấp giải thích có thể kiểm tra về hành vi con người và cách thay đổi của hành vi qua thời gian.
2. Quan điểm ________ cho rằng con người do động cơ tiềm thức chi phối.
3. Theo thuyết Nhận thức xã hội, con người tập quen từng củng cố, hình phạt và ________.
4. Thuyết của Piaget, thuyết của Kohlberg, và thuyết ________ là những minh họa của quan điểm phát triển nhận thức.
5. Theo Bronfenbrenner, sự phát triển diễn ra trong bối cảnh _____, hệ thống giữa, hệ thống ngoại và hệ thống vĩ mô.
6. Suy nghĩ cho rằng tìm hiểu một thời điểm qui định bất kỳ trong sự phát triển đòi hỏi phải biết một người đã ở đâu và sẽ đi đâu vốn là điều cơ bản trong quan điểm ______.
7. Quan điểm Tâm lý động học và thuyết của Piaget giống nhau ra sao? Chúng khác nhau ra sao?

Trả lời: (1) thuyết, (2) Tâm lý động học, (3) quan sát người khác, (4) xử lý thông tin, (5) hệ thống vi mô, (6) quãng đời và chu kỳ đời sống.

TIẾN HÀNH NGHIÊN CỨU PHÁT TRIỂN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các nhà khoa học đánh giá chủ đề quan tâm nghiên cứu sự phát triển ở trẻ ra sao?**
- **Thiết kế nghiên cứu chung được sử dụng trong nghiên cứu sự phát triển con người là gì? Thiết kế nào độc đáo trong nghiên cứu sự phát triển con người ?**
- **Các nhà nghiên cứu phải tuân thủ quá trình đạo đức nào?**

Tiến hành nghiên cứu phát triển

Đánh giá nghiên cứu sự phát triển con người

Các thiết kế chung cho nghiên cứu

Các thiết kế cho nghiên cứu sự phát triển

Hướng dẫn nghiên cứu hợp đạo đức

Thông báo các kết quả nghiên cứu

LEAH và **JOAN** *là hai bà mẹ đều có con trai 10 tuổi. Con của họ có nhiều bạn nhưng các bà mẹ vẫn chưa rõ cơ sở tình bạn của chúng. Leah nghĩ đó là "hấp dẫn người đối diện" – trẻ con hình thành tình bạn với bạn đồng tuổi có những mối quan tâm và những khả năng bổ sung cho nhau. Joan hoài nghi điều này, con trai của cô dường như tìm kiếm các bé trai khác gần như có những mối quan tâm và những khả năng với chính mình.*

Giả sử Leah và Joan biết rằng bạn đang theo học ngành nghiên cứu sự phát triển con người thì họ sẽ yêu cầu bạn giải quyết tranh luận của họ. Leah nghĩ rằng trẻ em bổ sung là bạn bè trong khi Joan cho rằng trẻ tương tự mới là bạn. Bạn biết rằng nghiên cứu có thể chứng minh những ý tưởng của một người được giả định trong những hoàn cảnh nào đó. Thật ra, các nhà nghiên cứu sự phát triển con người phải đưa ra một số quyết định quan trọng khi họ chuẩn bị nghiên cứu một chủ đề. Họ cần quyết định mức độ chủ đề mà mình quan tâm tới đâu, họ phải thiết kế nghiên cứu của mình, họ phải chọn phương pháp phát triển nghiên cứu, và họ phải quyết định liệu kế hoạch của mình có tôn trọng quyền của các cá nhân tham gia nghiên cứu hay không.

Các nhà nghiên cứu phát triển con người không phải lúc nào cũng bám chặt vào chuỗi các bước này. Chẳng hạn, các nhà nghiên cứu thường xét đến các quyền của những người tham gia nghiên cứu khi họ ra những quyết định khác, có lẽ loại bỏ một quá trình đánh giá vì nó vi phạm quyền của những người tham gia. Tuy nhiên, vì tính đơn giản, chúng tôi sử dụng chuỗi này khi mô tả từng bước tiến hành nghiên cứu phát triển.

ĐÁNH GIÁ NGHIÊN CỨU SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Nghiên cứu thường bắt đầu bằng việc quyết định đánh giá chủ đề hoặc hành vi quan tâm như thế nào. Chẳng hạn, bước đầu tiên hướng đến việc trả lời câu hỏi của Leah và Joan về tình bạn sẽ là việc quyết định nên đánh giá tình bạn như thế nào.

Các nhà nghiên cứu sự phát triển con người thường sử dụng một trong ba tiếp cận: quan sát có hệ thống, sử dụng nhiệm vụ để lấy mẫu hành vi và yêu cầu người khác tự báo cáo.

➡ *Quan sát có hệ thống*

Theo như tên gọi, quan sát có hệ thống *bao gồm quan sát người khác và cẩn thận*

ghi lại họ đang làm gì hay nói gì. Hai hình thức quan sát có hệ thống thường gặp là quan sát tự nhiên và quan sát theo cấu trúc. *Trong* quan sát tự nhiên, *người được quan sát khi họ có hành vi tự phát trong một số tình huống đời thường.* Dĩ nhiên, các nhà nghiên cứu không thể theo dõi mọi thứ người ta đang làm, vì thế họ phải quyết định nên ghi biến số nào. Chẳng hạn, các nhà nghiên cứu nghiên cứu tình bạn có thể quyết định quan sát trẻ vào đầu năm thứ nhất trong trường trung học (được chọn vì nhiều trẻ quen bạn mới vào lúc này). Họ có thể quyết định ghi lại nơi trẻ ngồi trong phòng ăn và ghi lại trẻ nói chuyện với ai.

Quan sát theo cấu trúc *khác với quan sát tự nhiên ở chỗ nhà nghiên cứu tạo ra một bối cảnh đặc biệt có khả năng suy luận hành vi mà mình quan tâm.* Quan sát theo cấu trúc đặc biệt hữu ích trong nghiên cứu hành vi vốn rất khó cho việc quan sát một cách tự nhiên. Một số hiện tượng hiếm khi xảy ra chẳng hạn trong một tình huống khẩn cấp. Một nhà điều tra dựa vào quan sát tự nhiên để nghiên cứu phản ứng của con người trong tình huống khẩn cấp sẽ không gặt hái nhiều tiến bộ như trong quan sát tự nhiên vì theo định nghĩa tình huống khẩn cấp không xảy ra ở thời điểm và địa điểm được xác định trước. Tuy nhiên, sử dụng quan sát theo cấu trúc, một nhà điều tra có thể phân tình huống khẩn cấp thành từng giai đoạn – có lẽ bằng cách đóng vai một tai nạn với sự hợp tác của giới chức chính quyền – để quan sát phản ứng của người khác.

Các hành vi khác rất khó quan sát đối với nhà nghiên cứu vì chúng diễn ra trong bối cảnh riêng tư chứ không phải diễn ra nơi công cộng. Chẳng hạn, phần lớn sự tương tác giữa bạn bè diễn ra ở nhà, nơi đối với nhà điều tra rất khó quan sát kín đáo. Tuy nhiên, có thể yêu cầu bạn bè đến phòng thí nghiệm của nhà nghiên cứu, nơi đây trang trí giống như căn phòng trong gia đình trong một căn nhà thông thường. Sau đó yêu cầu bạn bè thực hiện một số hoạt động thường gặp ở bạn bè, chẳng hạn thảo luận một vấn đề hoặc quyết định nên xem phim gì. Sau đó các nhà nghiên cứu ở phòng khác quan sát hoạt động của họ bằng chiếc gương một chiều hoặc bằng cách quay phim.

Quan sát theo cấu trúc rất đáng giá trong việc giúp các nhà nghiên cứu quan sát hành vi vốn khó nghiên cứu. Tuy nhiên, các nhà điều tra sử dụng tiếp cận này phải cẩn thận sao cho bối cảnh họ tạo ra không làm xáo trộn hành vi đáng được quan tâm. Chẳng hạn, quan sát nhóm bạn khi họ thảo luận vấn đề trong một căn phòng gia đình giả có nhiều khía cạnh giả tạo trong đó: nhóm bạn không phải ở trong nhà mình, nói chung họ làm theo yêu cầu, và họ biết có người quan sát mình. Bất kỳ hoặc tất cả những yếu tố này làm cho nhóm bạn có hành vi khác hẳn ngoài đời thực. Vấn đề này liên quan đến tính giá trị của nghiên cứu. Chẳng hạn, quan sát nhóm bạn trong một căn phòng gia đình giả cho chúng ta biết sự tương tác của nhóm bạn khi chúng diễn ra tự nhiên? Nếu thế, chúng là sự đánh giá hành vi con người có giá trị. Các nhà điều tra phải thật chú ý trong việc dẫn chứng tính giá trị của cách đánh giá của mình bằng tư liệu.

➡ Lấy mẫu hành vi với công việc

Khi các nhà điều tra không thể trực tiếp quan sát một hành vi thì nên áp dụng một phương pháp thay thế khác là tạo ra công việc được cho là lấy mẫu hành vi mình quan tâm. Một công việc thường được dùng để đánh giá trí nhớ của người lớn tuổi là chuỗi chữ số: người lớn lắng nghe người nào đó đọc to một chuỗi chữ số. Sau khi nói xong chữ số sau cùng, họ phải lặp lại chữ số đúng thứ tự. Ví dụ



khác được thể hiện trong sơ đồ (bên trên), người ta yêu cầu đứa bé nhìn vào ảnh chụp và chỉ vào gương mặt nào là gương mặt hạnh phúc. Lời đáp của trẻ đối với loại công việc này rất có ích trong việc xác định khả năng nhận biết cảm xúc của trẻ.

Tiếp cận này rất quen thuộc ở các nhà nghiên cứu phát triển con người chủ yếu vì nó tiện lợi. Vấn đề chính trong tiếp cận này là tính giá trị: công việc có cung cấp một mẫu thực tế của hành vi quan tâm không? Chẳng hạn, yêu cầu trẻ đánh giá cảm xúc từ ảnh chụp không thể có giá trị vì nó đánh giá quá thấp những gì họ làm trong đời thực. Bạn có thể nghĩ lý do tại sao điều này là một trường hợp không? Chúng tôi lưu ý một số lý do ở trang 63 ngay sau phần Tự kiểm tra.

➡ *Tự báo cáo*

Tiếp cận sau cùng, tự báo cáo, là một trường hợp đặc biệt sử dụng công việc để đánh giá hành vi con người. **Tự báo cáo** *đơn thuần là lời đáp của người đó cho những câu hỏi về chủ đề quan tâm.* Khi câu hỏi ở hình thức viết thì báo cáo bằng miệng là bảng câu hỏi, khi câu hỏi ở dạng vấn đáp thì báo cáo bằng miệng là cuộc phỏng vấn. Trong cả hai hình thức, các câu hỏi nhằm tìm hiểu các khía cạnh khác nhau của chủ đề mình quan tâm. Chẳng hạn, nếu bạn nghĩ rằng trẻ con là bạn bè với nhau khi chúng có chung một sự quan tâm, thì sau đó bạn có thể nói với những người tham gia nghiên cứu như sau:

> Tom và Dave vừa quen nhau trong trường học. Tom thích đọc sách, thổi kèn clarinet trong dàn nhạc trong trường, không thích thể thao, còn Dave lại thích xem phim trên kênh MTV, lái xe vụng về, nhưng là ngôi sao trong đội bóng. Bạn có nghĩ Tom và Dave kết bạn với nhau không?

Những người tham gia sau đó sẽ quyết định, có lẽ sử dụng một thang đánh giá cho dù các cậu bé có kết bạn với nhau hay không.

Tự báo cáo rất hữu ích vì chúng trực tiếp dẫn đến thông tin về chủ đề mình quan tâm. Chúng cũng tương đối thuận tiện, nhất là khi chúng có thể được phân phát cho các nhóm đối tượng. Tuy nhiên, tự báo cáo đôi lúc không chính xác. Tại sao? Khi được hỏi về sự kiện trước đây có thể người ta không còn nhớ chính xác. Chẳng hạn, một người lớn tuổi khi được hỏi về những người bạn thời thanh niên của mình, ông ta không thể nhớ rõ các người bạn ấy. Đôi khi người ta trả lời không đúng do có thành kiến trong khi trả lời. Đối với nhiều câu hỏi, một số câu trả lời có thể chấp nhận nhiều hơn các câu trả lời khác. Người ta rất có khả năng chọn câu trả lời dễ được chấp nhận hơn là câu trả lời khó được chấp nhận. Chẳng hạn, nhiều người do dự khi thừa nhận rằng nói cho cùng họ không hề có bạn bè. Miễn là các nhà điều tra ghi nhớ những yếu điểm này, thì tự báo cáo là một công cụ có giá trị trong nghiên cứu sự phát triển con người.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Nếu bạn đang nghiên cứu người lớn ở tuổi trung niên đang chăm sóc bố mẹ già, quan sát có hệ thống, lấy mẫu hành vi bằng công việc và tự báo cáo có thuận lợi gì?

ĐÁNH GIÁ HÀNH VI QUAN TÂM TRONG NGHIÊN CỨU SỰ PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Phương pháp	Ưu điểm	Khuyết điểm
Quan sát có hệ thống		
Quan sát tự nhiên	Để tìm hiểu hành vi con người trong bối cảnh tự nhiên	Khó áp dụng đối với hành vi dàn cảnh
Quan sát có cấu trúc	Có thể sử dụng để nghiên cứu hành vi hiếm xảy ra hoặc thường xảy ra trong bối cảnh riêng tư	Có thể không giá trị nếu bối cảnh cấu trúc làm sai lệch hành vi
Lấy mẫu hành vi bằng công việc	Thuận tiện – có thể sử dụng để nghiên cứu hầu hết các hành vi	Có thể không giá trị nếu công việc không lấy mẫu hành vi khi hành vi diễn ra tự nhiên
Tự báo cáo	Thuận tiện – có thể sử dụng để nghiên cứu hầu hết các hành vi	Có thể không giá trị vì người ta trả lời không đúng (do quên hoặc thành kiến trong câu trả lời)

Ba tiếp cận đánh giá được tóm tắt trong bảng (bên trên).

Sau khi các nhà nghiên cứu chọn một phương pháp, họ phải chứng minh rằng phương pháp đó vừa đáng tin vừa có giá trị. Tính đáng tin *của một đánh giá là mức độ cung cấp một chỉ số đặc điểm nhất quán.* Chẳng hạn, cách đánh giá tình bạn đáng tin ở mức độ cung cấp một dự đoán nhất quán về hệ thống tình bạn của một người mỗi lần cung cấp. Tất cả đánh giá được sử dụng trong nghiên cứu phát triển con người phải được chứng minh là đáng tin, nếu không, không thể sử dụng được. Tính giá trị *của một đánh giá ám chỉ liệu thực sự có đánh giá được những gì mà nhà nghiên cứu nghĩ rằng cần đánh giá hay không.* Chẳng hạn, đánh giá tình bạn có giá trị chỉ khi nào được chứng minh đánh giá đúng tình bạn (chứ không phải tình yêu chẳng hạn). Tính giá trị thường được xác lập bằng cách chứng minh rằng đánh giá vấn đề có quan hệ mật thiết với cách đánh giá khác được biết là có giá trị. Vì có thể có một đánh giá đáng tin nhưng không giá trị (chẳng hạn cây thước là số đo chiều dài đáng tin nhưng trong tình bạn thì nó không định được giá trị), các nhà nghiên cứu phải bảo đảm rằng cách thức đánh giá của mình vừa giá trị lẫn đáng tin.

Trong sách này, bạn sẽ thấy nhiều nghiên cứu sử dụng nhiều phương pháp khác nhau. Ngoài ra, bạn thường nhận thấy nghiên cứu cùng một chủ đề hoặc cùng một hành vi, sử dụng các phương pháp khác nhau. Nghĩa là mỗi tiếp cận sẽ được sử dụng trong các nghiên cứu khác nhau. Điều này có thể có giá trị đặc biệt: vì các tiếp cận đánh giá đều có ưu và khuyết điểm, tìm thấy cùng kết quả bất kể tiếp cận dẫn đến kết luận đặc biệt thuyết phục.

➠ *Lấy mẫu đại diện*

Đánh giá cấu trúc cũng tùy thuộc vào người được kiểm tra. *Các nhà nghiên cứu thường quan tâm đến nhiều nhóm người rộng rãi* gọi là dân số. Minh họa dân số như tất cả trẻ em Mỹ 7 tuổi hoặc tất cả ông bà người Mỹ gốc Phi. *Hầu như tất cả nghiên cứu chỉ bao gồm* một mẫu *người vốn là một tập hợp con của dân số.* Các nhà nghiên cứu phải chú ý rằng mẫu của mình thật sự đại diện cho dân số quan tâm. Một mẫu không đại diện có thể dẫn

đến nghiên cứu không giá trị. Chẳng hạn, bạn có suy nghĩ gì về nghiên cứu tình bạn của người cao tuổi nếu bạn nghiên cứu một cái mẫu bao gồm toàn bộ những người lớn không có anh chị em ruột? Bạn hoàn toàn đúng khi quyết định rằng mẫu này không đại diện cho dân số người cao tuổi và vấn đề liệu kết quả của mẫu có áp dụng được cho người lớn có anh chị em ruột hay không.

Khi đọc tiếp, bạn sẽ nhanh chóng phát hiện rằng phần lớn nghiên cứu chúng tôi mô tả được tiến hành với mẫu lấy ở người Mỹ gốc Âu thuộc giai cấp trung lưu. Những mẫu này có đại diện cho tất cả mọi người ở Mỹ không? Có đại diện mọi người trên thế giới không? Đôi khi không phải lúc nào cũng thế. Hãy cẩn thận không nên giả định rằng chứng cứ lấy từ nhóm này nhất định áp dụng được cho người ở các nhóm khác. Ngoài ra, một số vấn đề phát triển chưa được nghiên cứu trong tất cả các nhóm dân tộc và chủng tộc. Chẳng hạn, chính phủ Mỹ báo cáo không nhất quán số liệu thống kê về tất cả nhóm dân tộc.

Trong một nỗ lực lấy mẫu mang tính đại diện nhiều hơn, một số cơ quan liên bang hiện đang yêu cầu, bao gồm một số nhóm trừ phi có một lý do thuyết phục không nên làm như thế. Chẳng hạn, Viện y tế quốc gia yêu cầu, bao gồm các nhóm dân tộc thiểu số, phụ nữ và trẻ em do họ tài trợ ngân quỹ nghiên cứu. Những bước này có thể thu được một quan điểm rộng hơn về quá trình phát triển. Cho đến khi chúng ta có mẫu đại diện trong tất cả nghiên cứu phát triển thì chúng ta không thể biết liệu một hiện tượng cụ thể chỉ áp dụng cho nhóm được nghiên cứu hay cho con người nói chung hơn.

CÁC THIẾT KẾ CHUNG CHO NGHIÊN CỨU

Sau khi chọn cách đánh giá chủ đề hoặc hành vi quan tâm, các nhà nghiên cứu kế tiếp phải đặt đánh giá này vào trong thiết kế nghiên cứu thu được kết quả thích hợp, có ích. Các nhà nghiên cứu sự phát triển con người dựa vào hai thiết kế chính trong hoạch định công trình của mình: nghiên cứu tương quan và nghiên cứu thực nghiệm.

➡ *Nghiên cứu tương quan*

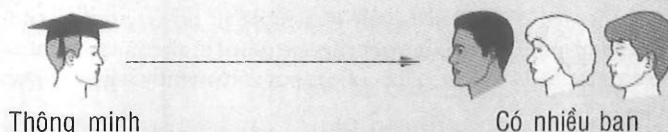
Trong nghiên cứu tương quan, *các nhà điều tra xét các mối quan hệ giữa các biến số khi chúng tồn tại một cách tự nhiên trên thế giới.* Trong nghiên cứu tương quan đơn giản nhất, một nhà nghiên cứu đánh giá hai biến số, sau đó xem chúng liên quan với nhau ra sao. Hãy hình dung một nhà nghiên cứu muốn kiểm tra khái niệm cho rằng người thông minh hơn có nhiều bạn hơn. Để kiểm tra khẳng định này, nhà nghiên cứu nên đánh giá hai biến số cho từng người trong mẫu. Mỗi biến số là số lượng bạn bè của người ấy, biến số còn lại là sự thông minh.

Kết quả của nghiên cứu tương quan thường được đánh giá bằng cách tính hệ số tương quan, *viết tắt là r, thể hiện sức mạnh và chiều hướng quan hệ giữa hai biến số.* Sự tương quan có thể dao động từ –1,0 đến 1,0 và phản ánh ba quan hệ khác nhau giữa trí thông minh và số lượng bạn:

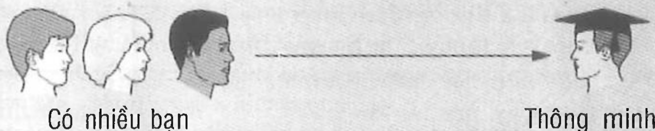
- Khi r = 0, hai biến số hoàn toàn không liên quan nhau: trí thông minh không liên quan đến số lượng bạn bè người ta có.
- Khi r lớn hơn 0, điểm số liên quan tích cực: người thông minh thường có nhiều bạn hơn người không thông minh, nghĩa là càng thông minh thì càng có nhiều bạn.
- Khi r nhỏ hơn 0, điểm số liên quan nhau, nhưng nghịch đảo: người thông minh thường có ít bạn hơn người không thông minh, nghĩa là càng thông minh thì càng có ít bạn.

Ba cách giải thích hệ số tương quan

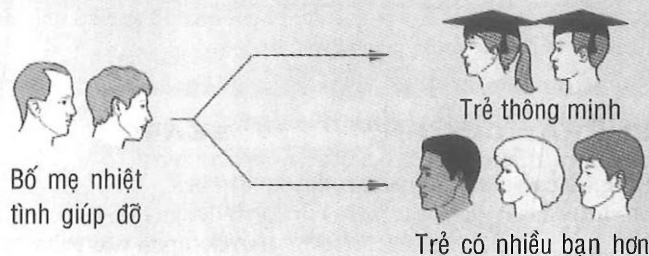
❶ Biến số đầu tiên là nguyên nhân sinh ra biến số thứ hai.



❷ Biến số thứ hai là nguyên nhân sinh ra biến số đầu tiên.



❸ Không có biến số nào do biến số kia tạo ra, cả hai do biến số thứ ba tạo ra nhưng không được đánh giá trong nghiên cứu.



Một nhà nghiên cứu tiến hành nghiên cứu tương quan có thể xác định liệu các biến số có liên quan với nhau không. Tuy nhiên, thiết kế này không giải quyết vấn đề nhân quả giữa các biến số. Chẳng hạn, giả sử một nhà nghiên cứu tìm thấy sự tương quan giữa thông minh và số lượng bạn bè là 0,7. Điều này có nghĩa người thông minh hơn có nhiều bạn hơn người không thông minh. Bạn giải thích sự tương quan này như thế nào? Sơ đồ (bên trên) chứng minh rằng có ba cách giải thích. Có thể thông minh làm cho người ta có nhiều bạn hơn. Một giải thích khác là có nhiều bạn hơn làm cho người ta thông minh hơn. Giải thích thứ ba là không có biến số nào làm nguyên nhân, thay vào đó, thông minh và số lượng bạn là do biến số thứ ba tạo ra, nhưng biến số này không được đánh giá trong nghiên cứu. Có lẽ bố mẹ nhiệt tình giúp đỡ thường có con khi trưởng thành thông minh hơn và có nhiều bạn bè. Bất kỳ giải thích nào trong số này cũng có thể đúng. Chúng không thể phân biệt trong một nghiên cứu tương quan. Khi các nhà điều tra muốn lần ra nguyên nhân họ phải nhờ đến một thiết kế khác, nghiên cứu thực nghiệm.

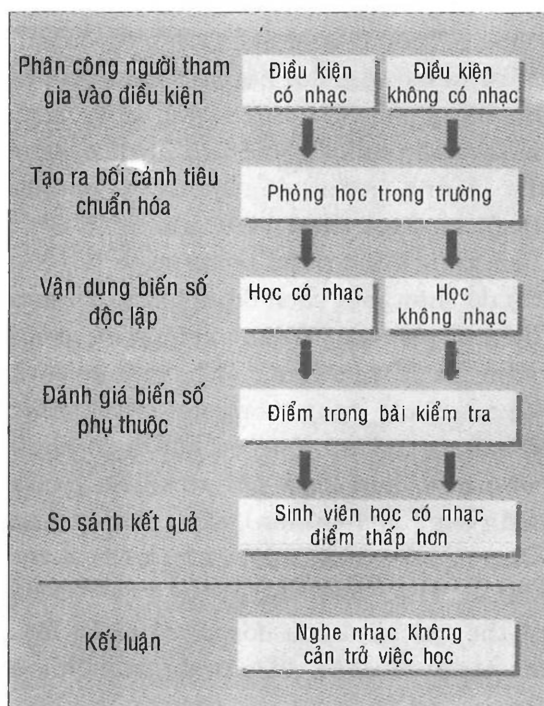
➡ *Nghiên cứu thực nghiệm*

Thực nghiệm *là cách vận dụng các yếu tố quan trọng theo hệ thống mà các nhà điều tra nghĩ là nguyên nhân sinh ra một hành vi cụ thể. Yếu tố được vận dụng gọi là* biến số độc lập, *hành vi đang được quan sát gọi là* biến số phụ thuộc trong nghiên cứu sự phát triển con người một thử nghiệm đòi hỏi nhà điều tra bắt đầu bằng một hay nhiều cách xử lý, tình huống hoặc sự kiện (biến số độc lập) được cho là ảnh hưởng đến hành vi. Sau đó người ta được chọn ngẫu nhiên cho các điều kiện khác nhau trong cách đối xử, sau đó chọn một cách đánh giá thích hợp (biến số phụ thuộc) dành cho tất cả người tham gia để xem liệu một hay nhiều cách đối xử có tác dụng mong đợi hay không. Vì mỗi người có cùng cơ hội được phân công mỗi điều kiện đối xử (định nghĩa phân công ngẫu nhiên), các nhóm sẽ như nhau ngoại trừ cách đối xử họ nhận được. Một sự khác biệt bất kỳ giữa các nhóm có thể qui vào cách đối xử có phân biệt mà người ta nhận được trong thí nghiệm chứ không phải qui vào các yếu tố khác.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy mô tả một nghiên cứu tương quan khảo sát tác động của bài tập thể dục đối với sức khỏe của người lớn tuổi. Lúc này hãy mô tả một nghiên cứu thực nghiệm để khảo sát cùng một chủ đề. Mỗi thiết kế có thuận lợi gì?

Chẳng hạn giả sử một nhà điều tra nghĩ rằng lứa tuổi thanh niên có thể học hỏi từ một câu chuyện ngắn trong căn phòng yên tĩnh nhiều hơn trong căn phòng mở nhạc ầm ĩ. Sơ đồ (bên dưới) cho thấy chúng ta kiểm tra giả thuyết này như thế nào. Thanh niên đến nơi kiểm tra (có thể là phòng học trong trường học) ở đây họ đọc một truyện ngắn được viết cho việc học. Dựa vào phân công ngẫu nhiên, từng thanh niên đọc truyện hoặc trong phòng yên tĩnh hoặc trong căn phòng mở nhạc ầm ĩ. Nhạc ầm ĩ cũng một loại nhạc, mở cùng một dung lượng



dành cho tất cả thanh niên trong điều kiện mở nhạc ầm ĩ. Tất cả những người tham gia đọc cùng một truyện trong hoàn cảnh giữ nguyên không đổi ngoại trừ có hoặc không có mở nhạc. Tất cả bọn họ có cùng thời gian đọc truyện, sau đó tham dự cùng một bài kiểm tra. Nếu điểm trong bài kiểm tra nói chung trong điều kiện yên tĩnh cao hơn điều kiện mở nhạc thì nhà điều tra sẽ tự tin cho rằng âm nhạc có ảnh hưởng không tốt đối với việc đọc truyện. Kết luận về nhân quả là điều có thể trong minh họa này vì vận dụng trực tiếp diễn ra trong điều kiện có kiểm soát.

Các nhà nghiên cứu sự phát triển con người thường tiến hành thí nghiệm trong bối cảnh giống như phòng thí nghiệm, vì điều này giúp họ kiểm soát hoàn toàn các biến số có thể ảnh hưởng đến kết quả nghiên cứu. Khuyết điểm trong nghiên cứu phòng thí nghiệm là hành vi quan tâm không được nghiên cứu trong bối cảnh tự nhiên của nó. Do đó, luôn có vấn đề kết quả có thể không giá trị vì chúng giả tạo – cụ thể đối với bối cảnh phòng thí nghiệm và không đại diện cho hành vi trong "thế giới thật"

Mỗi thiết kế nghiên cứu được các nhà theo thuyết Phát triển sử dụng đều có điểm mạnh và điểm yếu. Không có phương pháp nào tốt nhất. Do đó, không có cuộc điều tra duy nhất nào có thể giải quyết vấn đề một cách dứt khoát. Các nhà nghiên cứu hiếm khi dựa vào một nghiên cứu hoặc thậm chí một phương pháp để đi đến kết luận. Thay vào đó, họ thích tìm chứng cứ hội tụ từ nhiều loại nghiên cứu khác nhau càng nhiều càng tốt.

CÁC THIẾT KẾ CHO NGHIÊN CỨU SỰ PHÁT TRIỂN

Đôi khi nghiên cứu sự phát triển con người được nhắm vào một nhóm độ tuổi duy nhất, chẳng hạn như sinh viên trong nghiên cứu tác động của âm nhạc đối với việc học.

Hoặc chúng ta có thể nghiên cứu việc lập kế hoạch nghỉ hưu ở những người 55 tuổi hoặc sự thỏa mãn trong hôn nhân ở các đôi vợ chồng đã kết hôn 25 năm. Trong từng trường hợp trong số này, sau khi một nhà điều tra quyết định cách đánh giá hành vi đáng quan tâm và liệu nghiên cứu là nghiên cứu tương quan hay nghiên cứu thực nghiệm, thì nhà điều tra có thể trực tiếp đi đến bước cuối cùng – xác định xem nghiên cứu có mang tính đạo đức hay không. Tuy nhiên phần lớn nghiên cứu sự phát triển con người liên quan đến những thay đổi đang diễn ra khi con người phát triển. Trong những trường hợp này, các nhà điều tra phải chọn một trong hai thiết kế giúp họ khảo sát sự phát triển: nghiên cứu theo chiều dọc và nghiên cứu cắt ngang.

Nghiên cứu theo chiều dọc

Trong nghiên cứu theo chiều dọc, *cùng một cá nhân được quan sát hoặc kiểm tra lặp đi lặp lại vào các thời điểm khác nhau trong đời sống của mình.* Theo như tên gọi, tiếp cận theo chiều dọc bao gồm giải thích phát triển theo chiều dài, là cách trực tiếp hơn hết để quan sát sự phát triển đang diễn ra. Tiếp cận theo chiều dọc rất thích hợp khi nghiên cứu hầu hết bất kỳ khía cạnh nào trong quá trình phát triển. Quan trọng hơn, đây là cách duy nhất để trả lời một số câu hỏi về tính ổn định hoặc không ổn định của hành vi: chẳng hạn như tính ưa gây hấn, tính lệ thuộc hoặc tính hoài nghi được quan sát là đặc điểm ở tuổi ẵm ngửa hoặc đầu thời thơ ấu sẽ kéo dài cho đến tuổi trưởng thành không? Ảnh hưởng có lợi của việc đào tạo học thuật đặc biệt trong những năm trước khi đến tuổi đến trường sẽ kéo dài bao lâu? Chương trình tập thể dục thường xuyên bắt đầu ở tuổi trung niên có lợi khi về già không? Những câu như thế có thể được tìm hiểu chỉ bằng cách kiểm tra con người ở đỉnh điểm trong quá trình phát triển và sau đó tái kiểm tra họ vào cuối sự phát triển.

Tuy nhiên, tiếp cận này có bất lợi là thường xuyên làm nổi bật ưu điểm. Bất lợi thấy rõ là chi phí: chi phí có thể rất cao trong việc chỉ duy trì một mẫu cá nhân quá rộng. Vấn đề liên quan là tính không đổi của mẫu trong quá trình nghiên cứu. Kinh nghiệm cho thấy thật khó giữ được tiếp xúc với con người trong nhiều năm (đến tận vài thập niên trong nghiên cứu theo chiều dọc!) trong một xã hội luôn thay đổi. Và thậm chí ở những người không thay đổi chỗ ở, thì một số mất đi sự quan tâm và không tiếp tục tham gia. Những "người rút lui" này thường khác biệt rất nhiều so với bạn đồng tuổi có tinh thần nghiên cứu nhiều hơn và thực tế này cũng làm sai lệch kết quả. Chẳng hạn, một nhóm người lớn tuổi trông có vẻ ổn định về mặt trí năng khi về già. Tuy nhiên, những gì có thể xảy ra là những người nhận thấy kiểm tra ban đầu là khó khăn thường không tham gia nữa, do đó làm tăng số trung bình của nhóm lên trong vòng sau.

Thậm chí nếu mẫu giữ nguyên không đổi thì người tham dự cùng một bài kiểm tra nhiều lần sẽ "thuộc lòng bài kiểm tra". Cải thiện qua thời gian có thể qui vào sự phát triển khi đó thực sự bắt nguồn từ thực tế bằng một bài kiểm tra cụ thể. Thay đổi bài kiểm tra từ năm này sang năm khác sẽ giải quyết vấn đề thực hành nhưng nêu bật vấn đề làm cách nào so sánh câu trả lời với các bài kiểm tra khác nhau. Vì vấn đề này và vấn đề khác có trong phương pháp theo chiều dọc, các nhà nghiên cứu sự phát triển con người thường sử dụng nghiên cứu cắt ngang.

Nghiên cứu cắt ngang

Trong nghiên cứu cắt ngang, *những khác biệt phát triển được nhận dạng bằng cách kiểm tra con người ở nhiều độ tuổi khác nhau trong nghiên cứu.* Sự phát triển được mô tả bằng sơ đồ bằng cách nêu rõ sự khác nhau giữa cá nhân thuộc nhiều độ tuổi ở cùng thời điểm như nhau trong thời

gian niên lịch. Tiếp cận cắt ngang tránh được hầu hết các vấn đề thường gặp trong kiểm tra lặp đi lặp lại, đỡ phải ghi chép, lưu trữ hồ sơ tốn kém cũng như bị mất mẫu. Nhưng nghiên cứu cắt ngang cũng có nhược điểm. Vì con người được kiểm tra chỉ vào một thời điểm trong sự phát triển của mình nên chúng ta không biết gì về sự liên tục phát triển. Do đó, chúng ta không thể biết liệu một đứa bé 14 tuổi hay gây gổ khi đến 30 có còn gây gổ không vì người ta được kiểm tra ở tuổi 14 hoặc ở tuổi 30, chứ không phải được kiểm tra ở cả hai độ tuổi này.

Nghiên cứu cắt ngang cũng chịu ảnh hưởng của ảnh hưởng tụ tập, *nghĩa là sự khác nhau giữa các nhóm độ tuổi (tụ tập) dễ dẫn đến kết quả từ các sự kiện môi trường cũng như từ quá trình phát triển.* Trong một nghiên cứu cắt ngang đơn giản thông thường chúng ta so sánh con người ở hai nhóm độ tuổi. Nếu chúng ta nhận thấy sự khác biệt, thì qui chúng vào sự khác biệt trong độ tuổi nhưng điều này không cần thiết. Tại sao? Nghiên cứu cắt ngang cho rằng khi người già trẻ lại thì họ giống như người trong nhóm độ tuổi trẻ hơn. Không phải lúc nào cũng đúng, và điều này có thể là nguyên nhân tạo ra những khác biệt giữa các nhóm chứ không phải sự khác biệt độ tuổi. Một ví dụ của ảnh hưởng tụ tập có thể phát xuất từ một nghiên cứu đánh giá tính sáng tạo ở đầu tuổi trưởng thành và độ tuổi trung niên. Nếu thanh niên được cho là có nhiều tưởng tượng hơn người ở độ tuổi trung niên thì chúng ta có nên kết luận rằng tưởng tượng giảm sút giữa những độ tuổi này không? Không hẳn. Có lẽ, một môn học mới nuôi dưỡng tính sáng tạo sẽ được dành cho những người sau độ tuổi trung niên. Vì thanh niên đã học qua môn này nhưng người lớn độ tuổi trung niên thì chưa, sự khác nhau giữa họ rất khó giải thích.

Khi hai thiết kế nghiên cứu chung được thể hiện trong bảng (trang 61) kết hợp với hai thiết kế mang tính độc đáo trong nghiên cứu sự phát triển thì có thể có 4 thiết kế kiểu chuẩn: nghiên cứu tương quan cắt ngang, nghiên cứu thực nghiệm cắt ngang, nghiên cứu tương quan theo chiều dọc, và nghiên cứu thực nghiệm – theo chiều dọc. Bạn sẽ đọc từng thiết kế trong số này trong quyển sách này mặc dù hai thiết kế cắt ngang diễn ra thường xuyên hơn hai thiết kế theo chiều dọc. Tại sao? Đối với hầu hết những người theo thuyết Phát triển, việc dễ tiến hành nghiên cứu cắt ngang bù cho hạn chế của chúng.

Một số nhà nghiên cứu tìm hiểu sự phát triển ở người lớn và người cao tuổi sử dụng một tiếp cận nghiên cứu khác, phức tạp hơn, gọi là thiết kế theo chuỗi, *dựa trên thiết kế cắt ngang và thiết kế theo chiều dọc.* Về cơ bản, thiết kế theo chuỗi bắt đầu bằng một thiết kế cắt ngang hoặc theo chiều dọc đơn giản. Ở một số khoảng cách đều, dẫn đến một loạt những thiết kế này. Chẳng hạn, giả sử một nhà nghiên cứu muốn biết khả năng nhớ của người lớn có thay đổi theo độ tuổi hay không. Một cách để làm điều này là phải theo dõi nhiều nhóm người có độ tuổi khác nhau qua thời gian, tạo ra một chuỗi nghiên cứu theo chiều dọc. Khởi đầu sẽ là một nghiên cứu cắt ngang thông thường kiểm tra những người 60 và 75 tuổi. Sau đó, cứ mỗi 3 năm, kiểm tra lại hai nhóm, tạo ra hai nghiên cứu theo chiều dọc riêng biệt.

Mặc dù thiết kế theo chuỗi tương đối hiếm vì tiến hành khá tốn kém nhưng chúng có một số lợi thế. Quan trọng nhất là chúng giúp giải quyết hầu hết các hạn chế được mô tả ban đầu về nghiên cứu cắt ngang và theo chiều dọc đơn giản. Chẳng hạn, thiết kế theo chuỗi giúp cô lập ảnh hưởng tụ tập, giúp xác định liệu thay đổi liên quan đến độ tuổi có phải là do người tham gia bỏ cuộc hoặc một số nguyên nhân khác. Chúng ta sẽ gặp các minh họa thiết kế theo chuỗi khi xét đến một số nghiên cứu rộng khảo sát các quá trình lão hóa thông thường trong chương 13.

THIẾT KẾ ĐƯỢC SỬ DỤNG TRONG NGHIÊN CỨU PHÁT TRIỂN CON NGƯỜI

Loại thiết kế	Định nghĩa	Ưu điểm	Khuyết điểm
Thiết Kế Chung			
Tương quan	Quan sát biến số khi chúng đang tồn tại trên thế giới và xác định quan hệ của chúng.	Hành vi được đánh giá khi nó xảy ra một cách tự nhiên.	Không thể xác định nhân quả.
Thực nghiệm	Vận dụng biến số độc lập và xác định ảnh hưởng đối với biến số phụ thuộc.	Kiểm soát biến số cho phép rút ra kết luận nhân quả.	Nghiên cứu thường dựa vào phòng thí nghiệm, có thể giả tạo.
Thiết Kế Phát Triển			
Theo chiều dọc	Một nhóm người được kiểm tra lặp đi lặp lại khi họ phát triển.	Cách duy nhất để lập sơ đồ phát triển của cá nhân và nghiên cứu tính ổn định của	Tốn kém, người tham gia rút lui, kiểm tra lặp đi lặp lại làm sai lệch hoạt động. hành vi qua thời gian.
Cắt ngang	Con người thuộc nhiều độ tuổi khác nhau được kiểm tra cùng lúc.	Thuận tiện – giải quyết tất cả vấn đề có trong nghiên cứu theo chiều dọc.	Không thể nghiên cứu tính ổn định của hành vi, ảnh hưởng tụ tập làm phức tạp thêm giải thích về sự khác biệt giữa các nhóm.

HƯỚNG DẪN NGHIÊN CỨU HỢP ĐẠO ĐỨC

Chọn một thiết kế nghiên cứu tốt bao gồm việc chọn ra một phương pháp cụ thể. Các nhà nghiên cứu phải xác định phương pháp họ hoạch định sử dụng có mang tính đạo đức hay không. Nghĩa là, khi thiết kế một công trình nghiên cứu, các nhà điều tra phải tiến hành theo cách không vi phạm quyền của những người tham gia nghiên cứu. Để xác nhận rằng mỗi dự án nghiên cứu đều có những sự bảo vệ này, các nhà điều tra phải trình bày nghiên cứu đề xuất của mình cho một hội đồng chuyên gia và đại diện cộng đồng xét duyệt chính thức trước khi thu thập dữ liệu bất kỳ. Chỉ khi nào được hội đồng này đồng ý họ mới bắt đầu nghiên cứu. Nếu hội đồng phản đối một số khía cạnh trong nghiên cứu đề xuất thì người nghiên cứu phải xem lại những khía cạnh ấy và nộp công trình đã chỉnh sửa cho hội đồng duyệt. Tương tự, mỗi lần một thành phần nghiên cứu thay đổi thì phải báo cho hội đồng xét duyệt để được sự đồng ý.

Để hướng dẫn xét duyệt, các tổ chức chuyên môn (chẳng hạn Hiệp hội Tâm lý học Mỹ) và các cơ quan chính phủ (chẳng hạn Viện y tế quốc gia) đều có qui định hạnh kiểm nêu cụ thể quyền của người tham gia nghiên cứu và quá trình bảo vệ những người tham gia này. Hướng dẫn cần thiết dưới đây được bao gồm trong tất cả những qui định này:

- *Giảm tối thiểu rủi ro cho người tham gia nghiên cứu.* Sử dụng phương pháp ít có khả năng gây tổn hại hoặc căng thẳng cho người tham gia nghiên cứu. Trong khi nghiên cứu, giám sát quá trình để chắc chắn tránh được bất kỳ căng thẳng hoặc thương tổn không thể lường trước.
- *Mô tả nghiên cứu cho người tham gia biết để họ quyết định mình có*

nên tham gia hay không. Phải nói rõ mục đích dự án cho người tham gia biết, yêu cầu họ nên làm gì, có rủi ro hoặc tổn hại gì không, họ nhận được phúc lợi gì, họ có thể rút lui bất kỳ lúc nào cũng được mà không bị phạt hay không, họ có được quyền kết thúc phỏng vấn vào cuối dự án hay không và các thông tin bất kỳ có liên quan nào khác mà hội đồng xét duyệt cho là thích hợp. Sau khi giải thích nghiên cứu, người tham gia như người trong ảnh (bên dưới) ký vào lá đơn ghi rằng họ hiểu mình sẽ làm gì trong nghiên cứu. Phải đặc biệt chú ý khi có sự tham gia của trẻ em và thanh niên cũng như người có tình trạng ảnh hưởng đến hoạt động chức năng trí tuệ (chẳng hạn bệnh Alzheimer, bị chấn thương sọ não nặng). Trong những trường hợp này, phải có sự đồng ý của bố mẹ, giám hộ hợp pháp, hoặc người có trách nhiệm khác, cùng với sự đồng ý của chính người tham gia.

- *Hãy tránh lừa gạt, nếu người tham gia bị lừa thì phải giải thích rõ ràng về tính chất của thí nghiệm càng nhiều càng tốt.* Cung cấp thông tin hoàn chỉnh về nghiên cứu trước đôi lúc tạo thành kiến hoặc làm sai lệch câu trả lời. Do đó, các nhà điều tra có thể cung cấp cho người tham gia thông tin từng phần về nghiên cứu hoặc thậm chí làm cho họ hiểu sai mục đích của nghiên cứu. Nên thực hiện càng nhiều càng tốt – thông thường sau khi thí nghiệm – một thông tin bất kỳ nào bị sai lệch cung cấp cho người tham gia nghiên cứu phải được điều chỉnh, và phải đưa ra lý do giải thích sự lừa gạt.



- *Giấu hoặc bảo mật kết quả.* Giấu kết quả nghiên cứu, nghĩa là dữ liệu về con người không thể liên kết với tên của họ. Khi không thể giấu tên được, thì nên bảo mật kết quả nghiên cứu, nghĩa là chỉ có các nhà điều tra tiến hành nghiên cứu mới biết những người tham gia.

Tiến hành nghiên cứu về mặt đạo đức là một sự ràng buộc các nhà điều tra. Nếu bạn thực hiện một dự án, thậm chí kết hợp với một khóa học, bạn cũng nộp công trình của mình để được duyệt. Nếu bạn là người tham gia trong dự án của người khác, thì phải được người ấy cung cấp thông tin thích hợp và đầy đủ, hãy đọc thật kỹ.

THÔNG BÁO CÁC KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Khi nghiên cứu hoàn tất và phân tích dữ liệu, các nhà nghiên cứu sẽ viết báo cáo công trình của mình. Báo cáo này mô tả thật chi tiết những gì các nhà nghiên cứu đã làm và tại sao, kết quả và ý nghĩa của kết quả. Các nhà nghiên cứu sẽ nộp báo cáo cho một tạp chí khoa học chuyên ngành nghiên cứu phát triển con người, chẳng hạn như các tạp chí: *Child Development (Phát triển trẻ em), Developmental Psychology (Tâm lý học phát triển), Psychology and Aging (Tâm lý học và tuổi già)* và *Journal of Gerontology (Tạp chí lão khoa).* Nếu chủ biên tạp chí nhận báo cáo thì sẽ đăng trong tạp chí để các nhà nghiên

cứu sự phát triển con người khác biết được kết quả.

Những báo cáo nghiên cứu này là cơ sở cho hầu hết mọi thông tin mà chúng tôi trình bày trong sách này, khi đọc bạn sẽ thấy tên đặt trong dấu ngoặc đơn, tiếp theo sau là ngày tháng, chẳng hạn: (Salthouse, 1996). Nghĩa là người tiến hành nghiên cứu và năm công bố công trình.

Có thể tất cả những bước khác nhau này trong nghiên cứu có vẻ tẻ nhạt và khiến bạn rối trí. Tuy nhiên, đối với một nhà nghiên cứu sự phát triển con người khi tiến hành nghiên cứu là hoạch định nghiên cứu một công trình thật thú vị khi chưa có ai nghiên cứu trước đây và kết quả nghiên cứu của mình cung cấp nhiều thông tin hữu ích cho các chuyên gia khác. Đây là một trong những phần sáng tạo và thử thách nhất trong nghiên cứu sự phát triển con người.

Phần Nghiên cứu nổi bật có trong từng chương của sách này nhằm mục đích chuyển tải cả tính sáng tạo lẫn thử thách khi tiến hành nghiên cứu sự phát triển con người. Mỗi phần tập trung vào một nghiên cứu cụ thể. Một số các nghiên cứu vừa mới xuất hiện trên tạp chí, số nghiên cứu khác mang tính kinh điển giúp xác định một lĩnh vực nghiên cứu mới hoặc đưa ra kết quả dứt khoát trong một lĩnh vực hiện có. Trong mỗi đặc điểm thuộc số này, chúng ta lần theo các quyết định mà các nhà nghiên cứu đã đưa ra khi hoạch định công trình. Chúng tôi tập trung vào cách giải quyết vấn đề nghiên cứu, thiết kế nghiên cứu, cách đánh giá được sử dụng, quan tâm đạo đức, chứng cứ quan trọng và kết luận của các nhà nghiên cứu. Một số nghiên cứu trong phần này cung cấp các ví dụ của các quyết định khó khăn mà các nhà nghiên cứu phải chọn trong khi thiết kế nghiên cứu tốt cũng như những hạn chế đối với các nhà điều tra khi khảo sát sự phát triển trong bối cảnh thế giới thật. Bằng cách đọc những đặc điểm này, bạn sẽ hiểu được sự khéo léo của nhà nghiên cứu khi theo đuổi vấn đề nghiên cứu sự phát triển con người. Bạn cũng nhận thấy rằng một nghiên cứu riêng lẻ bất kỳ cũng đều có hạn chế, cách giải quyết những hạn chế này là phải có chứng cứ lấy từ nhiều thiết kế khác nhau. Chúng ta có thể tự tin nhất khi nhiều nghiên cứu – mỗi nghiên cứu sử dụng một kết hợp độc đáo các phương pháp đánh giá và thiết kế – tất cả hướng đến cùng một kết luận như nhau.

TỰ KIỂM TRA

1. Trong________ con người được quan sát khi họ có hành vi tự phát trong một bối cảnh đời thực.
2. Một ________ là một nhóm cá nhân được cho là đại diện của một số dân số quan tâm lớn hơn.
3. Biến số ________ được đánh giá trong một thí nghiệm để đánh giá tác động của biến số được vận dụng.
4. Vấn đề trong nghiên cứu theo chiều dọc bao gồm độ dài thời gian thực hiện công việc, người tham gia nghiên cứu rơi rụng qua thời gian, và ________.
5. Các nhà nghiên cứu sự phát triển con người phải nộp kế hoạch nghiên cứu của mình cho hội đồng xét duyệt, hội đồng này quyết định liệu nghiên cứu ________.
6. Thiết kế theo chiều dọc được sử dụng kiểm tra thuyết của Piaget như thế nào?

Trả lời: (1) quan sát tự nhiên, (2) mẫu, (3) phụ thuộc, (4) ảnh hưởng của việc kiểm tra hoạt động của một người lặp đi lặp lại, (5) bảo lưu quyền của người tham gia nghiên cứu

---

Trở ngại khi dùng ảnh để đánh giá hiểu biết cảm xúc

Ở trang 54, chúng tôi mời bạn suy nghĩ tại sao yêu cầu trẻ đánh giá cảm xúc từ ảnh không phải là cách có giá trị. Đánh giá cảm xúc của trẻ được mô tả trong ảnh có thể kém chính xác hơn danh sách thật vì (1) trong đời sống thật, đặc điểm nét mặt thường cử động – chứ không phải đứng yên như trong ảnh – cử động có thể là một trong những gợi ý giúp trẻ đoán cảm xúc, (2) trong đời sống thật, thể hiện trên nét mặt thường đi kèm với âm thanh, trẻ sử dụng cả nhìn và nghe để đoán cảm xúc và (3) trong đời sống thật, trẻ thường đánh giá thể hiện trên nét mặt của những người trẻ quen (bố mẹ, anh chị em ruột, bạn đồng tuổi, giáo viên) và hiểu vẻ mặt "bình thường" để giúp trẻ đoán được cảm xúc.



TÓM TẮT



Suy nghĩ về nghiên cứu sự phát triển con người

Các vấn đề thường gặp trong nghiên cứu sự phát triển con người

• Ba vấn đề chính nổi bật trong nghiên cứu sự phát triển con người. Vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng bao gồm mức độ trong đó Di truyền học và môi trường ảnh hưởng đến sự phát triển con người. Nói chung, các lý thuyết gia và nhà nghiên cứu xem tự nhiên và nuôi dưỡng như các ảnh hưởng tương tác lẫn nhau, sự phát triển luôn được cả hai định hình. Vấn đề liên tục – gián đoạn đề cập vấn đề liệu có sử dụng cùng một giải thích (liên tục) hoặc nhiều cách giải thích khác nhau (gián đoạn) để giải thích thay đổi ở con người qua thời gian hay không. Tiếp cận liên tục nhấn mạnh sự thay đổi về lượng, tiếp cận gián đoạn nhấn mạnh sự thay đổi về chất. Trong vấn đề phát triển phổ biến so với cụ thể theo từng bối cảnh, vấn đề là liệu sự phát triển có theo cùng con đường chung ở mọi người hoặc khác nhau về cơ bản hay không tùy vào bối cảnh văn hóa xã hội.

Các tác động cơ bản trong nghiên cứu sự phát triển của con người: khuôn khổ tâm sinh học xã hội

• Sự phát triển trên cơ sở tác động kết hợp của 4 tác động chính. Tác động Sinh học bao gồm tất cả yếu tố di truyền và liên quan đến sức khỏe ảnh hưởng đến sự phát triển. Một số tác động sinh học chẳng hạn như tuổi dậy thì và thời kỳ mãn kinh, mang tính phổ biến và ảnh hưởng đến con người trong nhiều thế hệ, trong khi các tác động khác chẳng hạn chế độ ăn uống hoặc bệnh tật ảnh hưởng đến con người trong các thế hệ cụ thể hoặc chỉ gặp ở một số ít người.

• Tác động tâm lý bao gồm tất cả yếu tố nhận thức bên trong, cảm xúc và nhân cách ảnh hưởng đến sự phát triển. Như tác động Sinh học, tác động Tâm lý học có thể ảnh hưởng tất cả cá nhân, chỉ trong các thế hệ cụ thể, hoặc chỉ một vài cá nhân.

• Tác động văn hóa xã hội bao gồm các tác động giữa các cá nhân với nhau, tác động xã hội, văn hóa và dân tộc ảnh hưởng đến sự phát triển. Văn hóa bao gồm kiến thức, thái độ và hành vi trong một nhóm người. Nói chung, tác động văn hóa xã hội cung cấp bối cảnh hoặc cơ sở phát triển.

• Tác động chu kỳ đời sống cung cấp bối cảnh tìm hiểu cách con người nhận thức tình hình hiện tại của mình và ảnh hưởng của chúng.

• Khuôn khổ Tâm sinh học xã hội nhấn mạnh rằng 4 tác động tương tác lẫn nhau, không thể hiểu sự phát triển bằng cách khảo sát riêng lẻ từng tác động. Ngoài ra, cùng một sự kiện có tác động khác nhau tùy vào thời điểm xảy ra sự kiện.



Thuyết Phát triển

Thuyết phát triển sắp xếp kiến thức sao cho cung cấp giải thích hành vi con người có thể kiểm tra và cách thay đổi hành vi ấy qua thời gian. Tiếp cận hiện nay trong thuyết phát triển tập trung vào các khía cạnh cụ thể của hành vi. Hiện tại không có thuyết nghiên cứu phát triển con người nào hợp nhất duy nhất.

Thuyết Tâm lý động học

• Thuyết Tâm lý động học cho rằng hành vi do động cơ tiềm thức quyết định. Freud quả quyết rằng sự phát triển diễn tiến trong một chuỗi các giai đoạn phổ biến và sự phát triển nhân cách hoàn chỉnh ở tuổi thanh niên. Erikson đề xuất thuyết phát triển tâm lý xã hội cuộc đời, bao gồm 8 giai đoạn phổ biến, mỗi giai đoạn mang đặc điểm là một cuộc đấu tranh cụ thể.

Thuyết Tập quen

• Thuyết Tập quen tập trung nghiên cứu sự phát triển hành vi có thể quan sát được. Biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm dựa trên khái niệm củng cố, hình phạt và kiểm soát hành vi trong môi trường. Thuyết Tập quen xã hội cho rằng con người tập quen bằng cách quan sát người khác.

Thuyết Phát triển nhận thức

• Thuyết Phát triển nhận thức tập trung nghiên cứu các quá trình tư duy. Piaget đưa ra một chuỗi phổ biến 4 giai đoạn dựa trên khái niệm cho rằng thông qua sự phát triển con người tạo ra lý thuyết của riêng mình để giải thích cách hoạt động của thế giới. Theo thuyết xử lý thông tin, con người xử lý thông tin như máy vi tính, sự phát triển bao gồm tính hiệu quả tăng dần khi xử lý thông tin.

Tiếp cận Sinh thái học và các hệ thống

• Bronfenbrenner cho rằng sự phát triển diễn ra trong bối cảnh một số hệ thống tính phức tạp tăng dần liên kết nhau. Thuyết Cạnh tranh – áp lực môi trường giả định rằng có sự "thích hợp nhất" giữa khả năng của một người và yêu cầu của môi trường áp đặt lên người đó.

Thuyết cuộc đời và chu kỳ đời sống

• Theo quan điểm quãng đời phải xét sự phát triển theo nghĩa tất cả 4 tác động trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Tìm hiểu một vấn đề bất kỳ trong sự phát triển đòi hỏi phải biết con người từ đâu đến và đang hướng về đâu. Trong tiếp cận chu kỳ đời sống, ý nghĩa của một số sự kiện tùy thuộc vào việc họ trải qua khi nào trong một đời người. Trong thuyết Chu kỳ đời sống gia đình, gia đình trải qua các giai đoạn dựa trên độ tuổi con cái.



Tiến hành nghiên cứu phát triển

Đánh giá nghiên cứu phát triển con người

• Nghiên cứu thông thường bao gồm bằng việc xác định đánh giá chủ đề quan tâm như thế nào. Quan sát có hệ thống bao gồm ghi chép hành vi của con người khi chúng diễn ra, hoặc trong môi trường tự nhiên (quan sát tự nhiên) hoặc bối cảnh theo cấu trúc (quan sát theo cấu trúc). Các nhà nghiên cứu đôi lúc tạo ra công việc lấy mẫu hành vi. Trong tự báo cáo, người ta trả lời câu hỏi của người tiến hành thí nghiệm. Các nhà nghiên cứu phải xác định rằng cách đánh giá của mình là đáng tin và có giá trị, họ cũng phải thu mẫu đại diện cho một số dân số đông hơn.

Các thiết kế chung cho nghiên cứu

• Trong nghiên cứu tương quan, các nhà điều tra khảo sát quan hệ giữa các biến số khi chúng xảy ra tự nhiên. Quan hệ này thường được đánh giá bằng một hệ số tương quan, *r*, có thể dao động từ −1 (quan hệ nghịch đảo mạnh) đến 0 (không quan hệ) cho đến + 1 (quan hệ tích cực mạnh). Nghiên cứu tương quan không thể xác định nhân quả, vì thế các nhà nghiên cứu tiến hành nghiên cứu thực nghiệm trong đó một biến số độc lập được vận dụng và phải ghi lại tác động của sự vận dụng này đối với một biến số phụ thuộc. Nghiên cứu thử nghiệm cho phép rút ra kết luận về nhân quả, nhưng sự kiểm soát chặt chẽ các biến số khác được yêu cầu thường làm cho tình huống trở nên giả tạo. Tiếp cận tốt nhất là phải sử dụng cả nghiên cứu thực nghiệm lẫn nghiên cứu tương quan để cung cấp chứng cứ hội tụ.

Các thiết kế cho nghiên cứu sự phát triển

• Để nghiên cứu sự phát triển, một số nhà nghiên cứu sử dụng thiết kế theo chiều dọc trong đó cùng một con người được quan sát lặp đi lặp lại khi họ trưởng thành. Tiếp cận này đưa ra chứng cứ về các mẫu phát triển cá nhân trong thực tế nhưng cũng có một số khuyết điểm: tốn nhiều thời gian, một số người rút lui kiểm tra lặp đi lặp lại có thể ảnh hưởng đến hoạt động. Một thiết kế thay thế, thiết kế cắt ngang bao gồm kiểm tra con người ở nhiều độ tuổi khác nhau. Thiết kế này tránh được trở ngại trong thiết kế theo chiều dọc nhưng không cung cấp thông tin về sự phát triển cá nhân. Cũng thế, những gì có vẻ là sự khác biệt độ tuổi cũng có thể bị các ảnh hưởng tụ tập. Vì không có thiết kế nào không có vấn đề nên tiếp cận tốt nhất là phải sử dụng cả hai để cung cấp chứng cứ hội tụ.

Hướng dẫn nghiên cứu hợp đạo đức

• Hoạch định nghiên cứu cũng bao gồm chọn lọc phương pháp bảo lưu quyền của người tham gia nghiên cứu. Những người tiến hành thí nghiệm phải giảm thiểu tối đa rủi ro cho người tham gia, mô tả nghiên cứu sao cho người tham gia có thể quyết định mình có nên tham gia hay không, tránh lừa gạt, phải giấu tên hoặc bảo mật kết quả.

Thông báo các kết quả nghiên cứu

• Một khi thu thập và phân tích dữ liệu nghiên cứu, các nhà điều tra công bố kết quả trên các tạp chí và sách khoa học. Những kết quả như thế hình thành cơ sở kiến thức về nghiên cứu sự phát triển con người.

TỪ KHÓA

sự phát triển con người
vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng
vấn đề liên tục – gián đoạn
vấn đề phát triển phổ biến so với phát triển cụ thể theo từng bối cảnh
tác động Sinh học

tác động tâm lý
tác động văn hóa xã hội
tác động chu kỳ đời sống
khuôn khổ Tâm sinh học xã hội
ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi qui phạm
ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử qui phạm
ảnh hưởng không qui phạm
thuyết
thuyết Tâm lý động học
xung động bản năng
bản ngã
siêu ngã
thuyết Tâm lý xã hội
nguyên tắc biểu sinh
biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm
củng cố
hình phạt
bắt chước (tập quen quan sát)
thuyết Nhận thức xã hội
cái tôi hiệu quả
thuyết xử lý thông tin
thuyết Sinh thái học
hệ thống vi mô
hệ thống giữa
hệ thống ngoại
hệ thống vĩ mô
quan điểm quãng đời
quan sát có hệ thống
quan sát tự nhiên
quan sát theo cấu trúc
tự báo cáo
tính đáng tin
tính giá trị
dân số
mẫu
nghiên cứu tương quan
hệ số tương quan
thí nghiệm
biến số độc lập
biến số phụ thuộc
nghiên cứu theo chiều dọc
nghiên cứu cắt ngang
ảnh hưởng tụ tập
thiết kế theo chuỗi

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BALTES, P. B. (1987). Những đề xuất lý thuyết trong Tâm lý học phát triển quãng đời: đề cập Động học giữa phát triển và suy thoái. *Developmental Psychology (Tâm lý học phát triển)*, 23, 611 – 626. Một tác phẩm kinh điển trong nghiên cứu sự phát triển con người. Đây là cái nhìn khái quát tuyệt vời về ý nghĩa quan trọng của việc chọn quan điểm chính thể luận trong phát triển quãng đời. Do một trong những người ủng hộ hàng đầu tiếp cận này biên soạn nên quyển sách rất đáng xem.

BALTES, P. B., REESE, H. W., & NESSELROADE, J. R. (1977). *Life-span developmental psychology: Introduction to research methods (Tâm lý phát triển suốt cuộc đời: Giới thiệu các phương pháp nghiên cứu)*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole. Đây là một trong những sách giáo khoa kinh điển về phương pháp nghiên cứu phát triển và hiện vẫn là quyển sách hay nhất, rất dễ hiểu trình bày thiết kế và phương pháp nghiên cứu rõ ràng

GARDINER, H. W., MUTTER, J. D., & KOSMITZKI, C. (1998). *Lives across cultures: Cross-cultural human development (Đời sống xuyên văn hóa: Sự phát triển xuyên văn hóa của loài người)*. Boston: Allyn & Bacon. Quyển sách nhập môn dễ hiểu giải thích nghiên cứu sự phát triển con người diễn ra trong nhiều nền văn hóa khác nhau trên thế giới, thu hút nhiều sự chú ý.

LERNER, R. M. (1986). *Concepts and theories of human development (Các khái niệm và các lý thuyết về sự phát triển con người)* (tái bản lần thứ 2). New York: Random House. Sách của Lerner là một khái quát dễ hiểu của nhiều giả định triết lý khác nhau làm cơ sở cho các thuyết Phát triển, bao gồm tóm tắt của nhiều thuyết.

SỰ PHÁT TRIỂN TRƯỚC KHI SINH, THỜI ẤM NGỬA, VÀ ĐẦU TUỔI THƠ ẤU

CẬN CẢNH

Ngày 13/04/1997, hàng triệu người trên thế giới kinh ngạc chứng kiến cảnh Tiger Woods giành chiến thắng trong vòng thi đấu golf chuyên nghiệp ở Augusta, Georgia. Thành tích của Tiger thật phi thường. Cậu là vận động viên chơi golf nhỏ tuổi nhất chiến thắng trong vòng thi đấu golf chuyên nghiệp (20), chiến thắng với tỉ số thấp nhất (270) và số dư chiến thắng lớn nhất (12) xưa nay. Chiến thắng của Tiger là lần đầu tiên đối với một đấu thủ thuộc nhóm thiểu số ở giải chuyên nghiệp, một giải mà người Mỹ gốc Phi chỉ được tham gia cách đây hai thập niên. Cũng ấn tượng như chiến thắng này và thành tích chơi golf khác của Tiger, người ta không phải hoàn toàn không ngờ đến khi bạn nhận biết rằng lúc bé, Tiger bắt chước cú đánh golf của bố, lên hai tuổi chương trình truyền hình giới thiệu tài năng của cậu, lên năm tuổi cậu có mặt trong mục giới thiệu của tạp chí *Golf Digest*.







Thực ra, không phải đứa trẻ nào cũng được như Tiger, 5 năm đầu đời ảnh hưởng rất quan trọng đối với mọi trẻ. Sự kiện trong những năm đầu đời này khởi đầu và hướng dẫn cuộc hành trình phát triển kéo dài suốt đời. Trong các Chương 2 – 5, bạn sẽ tìm hiểu các tác động Sinh học, Tâm lý học và xã hội định hình sự phát triển từ lúc thụ thai đến 5 tuổi như thế nào.





CHƯƠNG 2

CƠ SỞ SINH HỌC

Nếu bạn hỏi bố mẹ kể ra kinh nghiệm đáng nhớ nhất trong cuộc đời, thì nhiều người nhớ ngay lập tức các sự kiện đi kèm với việc sinh con. Từ tin tức thú vị ban đầu cho biết một phụ nữ đang có mang cho đến khi sinh vào chín tháng sau, toàn bộ kinh nghiệm mang thai và sinh con gợi ra sự ngạc nhiên và sợ hãi.

Giai đoạn trước khi sinh là cơ sở cho tất cả sự phát triển con người và tiêu điểm của chương này. Mang thai bắt đầu khi tế bào trứng và tinh trùng kết hợp và trao đổi vật chất di truyền. Trong phần đầu, bạn sẽ hiểu được sự trao đổi này diễn ra như thế nào và trong quá trình tìm hiểu các yếu tố di truyền ảnh hưởng đến sự phát triển. Phần hai của chương lần theo các sự kiện chuyển tinh trùng và trứng thành một sinh vật sống. Bạn sẽ biết về thời biểu chi phối sự phát triển trước khi sinh và nhận được lời đáp đối với câu hỏi thông thường về mang thai. Chúng tôi cũng đề cập một số vấn đề có thể diễn ra trong tiến trình phát triển trước khi sinh. Phần cuối chương tập trung vào việc sinh con và chăm sóc trẻ sơ sinh. Bạn sẽ hiểu rằng một bà mẹ nên chuẩn bị sinh ra sao, và đau đẻ và sổ nhau là gì.

KHỞI ĐẦU: 23 CẶP NHIỄM SẮC THỂ

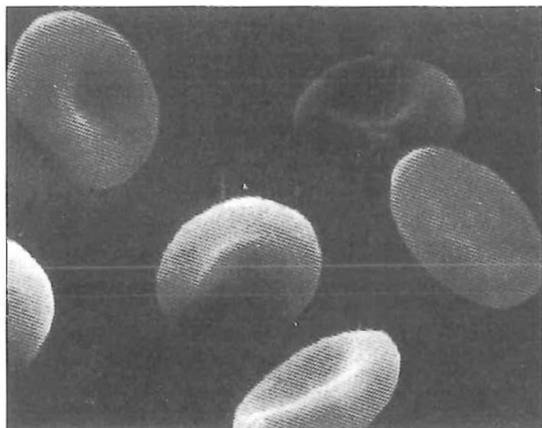
Mục tiêu nghiên cứu

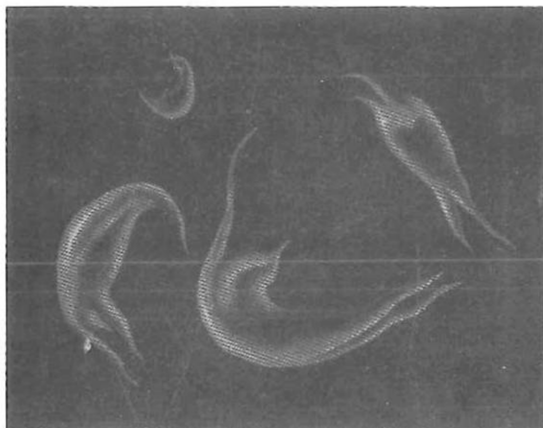
- **Nhiễm sắc thể và gien là gì? Chúng mang thông tin di truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác ra sao?**
- **Vấn đề thường gặp ở nhiễm sắc thể là gì và kết quả của chúng ra sao?**
- **Di truyền ở trẻ con khi lớn lên bị môi trường ảnh hưởng như thế nào?**

LESLIE và **GLENN** *rất háo hức với ý định ra riêng. Đồng thời, họ rất lo vì ông của Leslie mắc bệnh tế bào hình liềm, đã chết khi mới 20 tuổi. Leslie rất sợ con mình sẽ bị di truyền căn bệnh đã cướp đi sinh mạng người ông. Cô và Glenn ao ước gặp được ai đó giúp con họ an toàn.*

Chúng ta làm cách nào để giúp Leslie và Glenn yên tâm? Đối với sinh viên năm nhất, chúng ta cần biết nhiều hơn về bệnh tế bào hình liềm. Hồng cầu như hồng cầu trong ảnh dưới bên trái mang oxy và CO_2 đến và đi khỏi cơ thể. Khi người ta mắc bệnh tế bào hình liềm, thì hồng cầu trông giống như hồng cầu trong ảnh dưới bên phải – dài và cong giống lưỡi liềm. Những tế bào cứng nhắc chẳng ra hình thù này không thể đi qua mao quản, vì thế oxy không thể đến với mọi bộ phận trên cơ thể. Tế bào hình cầu bị chặn lại cũng cản trở đường của bạch cầu vốn là sự phòng thủ tự nhiên của cơ thể chống vi khuẩn xâm nhập. Do đó, nhiều người mắc bệnh tế bào hình liềm – như người ông của Leslie và nhiều người Mỹ gốc Phi khác có khuynh hướng dễ mắc căn bệnh đau đớn này nhiều hơn các nhóm khác – thường chết do nhiễm trùng trước tuổi 20.

Bệnh tế bào hình liềm là do di truyền, vì ông của Leslie bị bệnh đó và di truyền





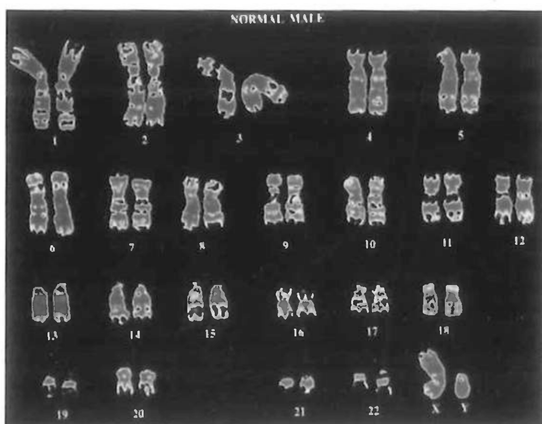
trong gia đình của cô. Con của Leslie có mắc bệnh này không? Để trả lời câu hỏi này, chúng ta nên khảo sát cơ chế di truyền.

CƠ CHẾ DI TRUYỀN

Lúc thụ thai, trứng và tinh trùng kết hợp để tạo ra một sinh vật mới kết hợp một số đặc điểm của mỗi bố mẹ. *Mỗi tế bào trứng và tinh trùng có 23* nhiễm sắc thể, *cấu trúc giống như sợi chỉ chứa vật chất di truyền trong nhân.* Khi tinh trùng thâm nhập vào trứng, thì nhiễm sắc thể của chúng kết hợp để tạo ra 23 cặp nhiễm sắc thể. Ảnh chụp (bên trái dưới) cho thấy tất cả 46 nhiễm sắc thể, được sắp xếp thành từng đôi từ lớn nhất đến nhỏ nhất. *22 đôi nhiễm sắc thể đầu tiên được gọi là* **thể thường nhiễm sắc**. *Đôi thứ 23 quyết định giới tính của trẻ, vì thế những đôi này gọi là* **nhiễm sắc thể giới tính**. Khi đôi thứ 23 bao gồm một nhiễm sắc thể X và một nhiễm sắc thể Y, kết quả là bé trai, 2 nhiễm sắc thể X tạo ra bé gái.



Thật ra mỗi nhiễm sắc thể gồm có một phân tử **acid deoxyribonucleic** *– viết tắt là* **ADN**. Để hiểu cấu trúc ADN, hãy hình dung 4 màu khác nhau của hạt chuỗi đính trên hai dây. Các dây bổ sung cho nhau thật chính xác: Bất kỳ nơi nào hạt chuỗi màu đỏ xuất hiện trên một dây thì trên dây kia sẽ có hạt chuỗi màu xanh da trời, bất kỳ nơi nào trên một dây xuất hiện một hạt chuỗi màu xanh lục thì dây còn lại sẽ có hạt chuỗi màu vàng. ADN được sắp xếp theo cách này ngoại trừ bốn màu hạt chuỗi thật ra là bốn hợp chất hóa học khác nhau – adenine, thymine, guanine, và cytosine. Các dây được tạo thành từ phosphate và đường, bọc lẫn nhau, tạo ra hình xoắn ốc kép như trong hình vẽ (bên phải trên).



Trật tự trong đó hợp chất hóa học "xâu chuỗi" có vẻ thực ra là mật mã là nguyên nhân làm cho tế bào tạo ra các acid amin, protein và các enzyme đặc trưng – vốn là các khối xây sinh học. Chẳng hạn, 3 "hạt chuỗi" thymine tiếp liền nhau tạo thành chỉ thị tạo ra acid amin phenylalanine. *Mỗi nhóm hợp chất cung cấp một tập hợp chỉ thị sinh hóa cụ thể là* gien. Vì thế,

gien là đơn vị di truyền cơ bản, vì chúng quyết định việc sản xuất các vật chất hóa học mà sau cùng là cơ sở cho tất cả đặc điểm và khả năng của con người.

46 nhiễm sắc thể của một đứa bé bao gồm khoảng 100.000 gien. Thông qua chỉ thị sinh hóa được mã hóa trong ADN, gien điều tiết sự phát triển tất cả đặc điểm và khả năng của con người. *Tập hợp hoàn chỉnh gien hình thành di truyền học của con người và được gọi là* kiểu di truyền *của con người. Chỉ thị gien di truyền, cùng với tác động môi trường, tạo ra* một kiểu hình, *đặc điểm cơ thể, hành vi và tâm lý của cá nhân.*

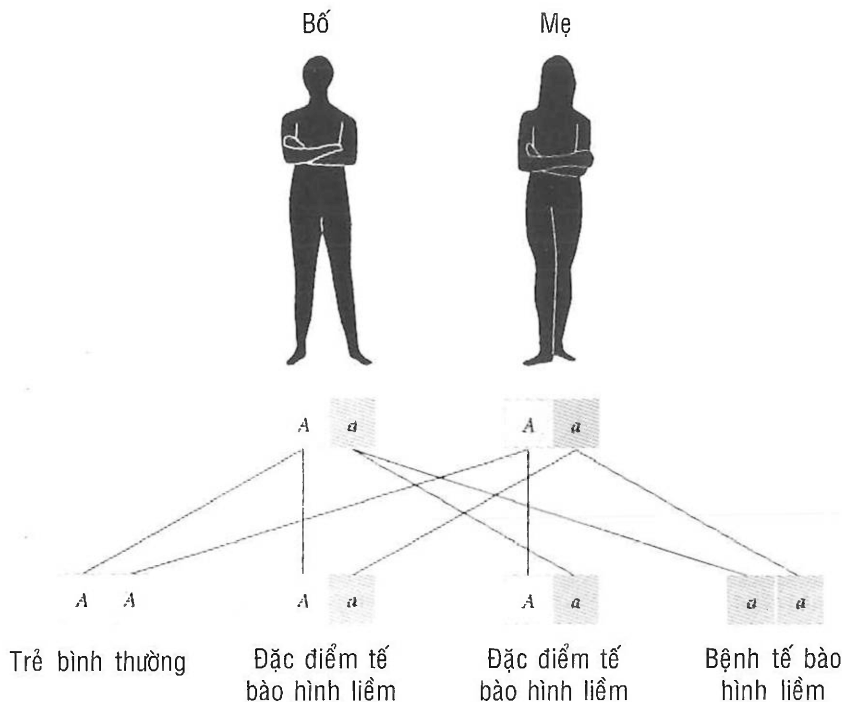
Trong phần còn lại của tiết này, chúng ta sẽ tìm hiểu cách thức trong đó chỉ thị được chứa đựng trong gien tạo ra nhiều kiểu hình khác nhau ra sao.

Di truyền một gien

Chỉ thị gien tạo ra hồng cầu mang bệnh tế bào hình liềm méo mó như thế nào? *Gien đến từ các hình thức khác nhau gọi là* gien tương ứng. Trong trường hợp hồng cầu chẳng hạn, hai gien tương ứng có thể có mặt trên nhiễm sắc thể 11.

Một gien tương ứng có chỉ thị cho hồng cầu bình thường, một gien tương ứng khác có chỉ thị cho hồng cầu dạng hình liềm. *Gien tương ứng trong đôi nhiễm sắc thể đôi lúc tương tự nhau, còn gọi là* có đồng hợp tử. *Đôi lúc gien tương ứng khác nhau, được gọi là* dị hợp tử. Con của Leslie sẽ là đồng hợp tử nếu có hai gien tương ứng đối với tế bào thông thường *hoặc* hai gien tương ứng đối với tế bào hình liềm. Em bé sẽ dị hợp tử nếu mang một gien tương ứng của mỗi loại.

Kiểu gien tạo ra kiểu hình ra sao? Chẳng hạn, với bệnh tế bào hình liềm, kiểu gien có dẫn đến các loại hồng cầu cụ thể không? Câu trả lời thật đơn giản nếu một người là đồng hợp tử. Khi cả hai gien tương ứng giống nhau – vì thế có chỉ thị hóa học cho cùng một kiểu hình – thì sẽ tạo ra kiểu hình. Nếu con của Leslie có một gien tương ứng đối với hồng cầu thông thường trên cả hai nhiễm sắc thể 11 thì đứa bé gần như được chắc chắn



rằng có tế bào bình thường. Nếu bé có hai gien tương ứng đối với tế bào hình liềm thì gần như chắc chắn nhiễm bệnh.

Khi một người là dị hợp tử, thì tiến trình sẽ phức tạp hơn. *Một gien tương ứng thường* trội, *nghĩa là chỉ thị hóa học của chúng được tiếp theo sau và chỉ thị của các gien tương ứng* lặn *khác bị xem nhẹ*. Trong bệnh tế bào hình liềm, gien tương ứng đối với tế bào bình thường là trội, và gien tương ứng đối với tế bào hình liềm là lặn. Đây là tin lành cho Leslie: với điều kiện là cô hoặc Glenn đóng góp gien tương ứng cho hồng cầu bình thường thì con của hai người không mắc bệnh tế bào hình liềm.

Sơ đồ (trang 74) tóm tắt những gì chúng ta biết được về bệnh tế bào hình liềm: *A* biểu thị gien tương ứng đối với hồng cầu bình thường, và *a* biểu thị gien tương ứng với tế bào hình liềm. Tùy vào gien tương ứng trong trứng của Leslie và trong tinh trùng làm trứng ấy thụ tinh, sẽ có ba kết quả. Nếu bé kế thừa hai gien tương ứng lặn đối với tế bào hình liềm thì chắc chắn mắc bệnh tế bào hình liềm.

Nhưng trong trường hợp của Glenn không phải thế: anh ta dương tính, không ai trong gia đình mắc bệnh tế bào hình liềm, vì thế gần như chắc chắn anh ta có gien tương ứng đối với hồng cầu bình thường trên cả hai nhiễm sắc thể trong đôi thứ 11 của mình.

Cho dù tinh trùng của Glenn mang gien tạo ra hồng cầu bình thường đi nữa thì điều này không đảm bảo rằng con họ khỏe mạnh. Tại sao? *Đôi khi một số gien tương ứng không chi phối hoàn toàn gien tương ứng khác, một tình huống gọi là* tính đồng trội. Trong tính đồng trội, kiểu hình được tạo ra thường rơi vào kiểu hình đi kèm với cả hai gien tương ứng. Đây là trường hợp đối với gien kiểm soát hồng cầu. *Cá thể có một gien tương ứng trội và một gien tương ứng lặn có* nét tế bào hình liềm: *trong hầu hết các tình huống, họ không có vấn đề nhưng lại thiếu oxy nghiêm trọng, và mắc bệnh trong nhất*

KIỂU HÌNH BÌNH THƯỜNG ĐI KÈM THEO CÁC ĐÔI GIEN ĐƠN

Kiểu hình trội	Kiểu hình lặn
Tóc quăn	Tóc thẳng
Tóc bình thường	Hói đầu (nam giới)
Tóc sậm màu	Tóc hoe vàng
Môi dày	Môi mỏng
Má lúm đồng tiền	Không lúm đồng tiền
Thính lực bình thường	Một số dạng lãng tai
Thị lực bình thường	Cận thị
Viễn thị	Thị lực bình thường
Máu nhóm A	Máu nhóm O
Máu nhóm B	Máu nhóm O
Máu Rh dương tính	Máu Rh âm tính

Nguồn: McKusick, 1995.

thời, tương đối nhẹ. Nét tế bào hình liềm chắc chắn xuất hiện khi người ta tập thể dục cường độ quá mức hoặc ở trên núi cao (Sullivan, 1987). Con của Leslie và Glenn sẽ có đặc điểm tế bào hình liềm nếu kế thừa một gien lặn của Leslie và một gien trội của Glenn.

Cơ chế di truyền đơn giản là nguyên nhân gây ra bệnh tế bào hình liềm, bao gồm một đôi gien đơn, có một gien tương ứng trội và một gien tương ứng lặn, cũng là nguyên nhân sinh ra nhiều nét thông thường khác như trong bảng (trang 75).

Trong từng trường hợp trong số này, cá thể có kiểu hình lặn đều có hai gien tương ứng lặn, một từ mỗi bố mẹ. Cá thể có kiểu hình trội, có ít nhất một gien tương ứng trội.

Bạn sẽ nhận thấy rằng bảng bao gồm nhiều kiểu hình sinh học và y học nhưng thiếu kiểu hình hành vi hoặc tâm lý. Có thể di truyền đặc điểm hành vi và tâm lý nhưng cơ chế di truyền thường phức tạp hơn, như chúng ta sẽ thấy.

➡ *Di truyền đa gien*

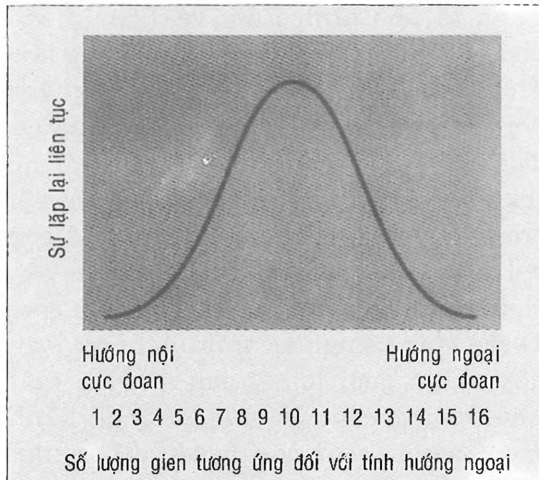
Các đặc điểm do một gien kiểm soát thường gọi là kiểu hình "hoặc – hoặc". Người có má lúm đồng tiền hay không, một người nhìn màu bình thường có bị chứng mù màu đối với màu đỏ – xanh lục hay không, máu của một người bị đông bình thường hay không đông. Kiểu gien thường đi kèm với hai (hoặc đôi khi ba) kiểu hình được xác định rõ.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tính hướng nội – tính hướng ngoại là minh họa đặc điểm tâm lý xác định tính liên tục. Hãy suy nghĩ các đặc điểm tâm lý khác như thế này, trong đó kết quả không phải "hoặc – hoặc" mà tượng trưng cho một dải.

Nhiều đặc điểm hành vi và tâm lý quan trọng *không phải* là trường hợp "hoặc – hoặc". Thay vào đó, có thể tạo ra một dải kết quả khác nhau. Hãy lấy tính hướng ngoại làm ví dụ. Tưởng tượng việc cố phân loại 10 người bạn biết rõ mang tính hướng ngoại hoặc tính hướng nội. Điều này rất dễ đối với một vài cá thể cực kỳ thân mật và thoải mái (tính hướng ngoại) và một ít người e thẹn, rụt rè (tính hướng nội). Hầu hết có lẽ không phải là người hướng ngoại hoặc người hướng nội, mà "ở khoảng giữa". Kết quả là sự phân bố các cá thể từ hướng nội cực đoan ở một đầu đến hướng ngoại cực đoan ở đầu kia.

Nhiều đặc điểm hành vi và tâm lý được phân bố theo kiểu này, bao gồm trí thông minh và nhiều khía cạnh của nhân cách (Plomin, Owen, & McGuffin, 1994). *Những kiểu hình này thường phản ánh hoạt động kết hợp của nhiều gien riêng biệt, một mẫu gọi là* di truyền đa gien.

Vì nhiều gien tham gia trong di truyền đa gien, chúng ta thường không thể lần theo ảnh hưởng của từng gien. Tuy nhiên, minh họa *giả thuyết* sau chứng minh gien khác nhau có thể kết hợp với nhau ra sao để tạo ra một kiểu hình hành vi kéo dài tính liên tục. Chúng ta giả sử rằng tính hướng ngoại là một nét di truyền, rằng 8 đôi gien góp phần cho tính hướng ngoại, và gien tương ứng đối với tính hướng ngoại là gien trội. Vì thế, một người có thể kế thừa 16 gien tương ứng đối với tính hướng ngoại hoặc một vài người không có gien nào cả. Dĩ nhiên, những trường hợp cực đoan này rất hiếm, cũng giống như khi tung 16 đồng xu, hiếm khi đồng xu ngửa 16 lần hoặc sấp 16 lần. Vì mỗi gien tương ứng chắc chắn có mặt ngang bằng nhau, nên hầu hết mọi người sẽ thừa hưởng khoảng 8 gien tương ứng trội đối với tính hướng ngoại và 8 gien tương ứng lặn đối với tính hướng nội. Kết quả là sự phân bố tính hướng ngoại được thể hiện trong sơ đồ (trang 77).



Nên nhớ, ví dụ này hoàn toàn mang tính giả thuyết. Tính hướng ngoại *không* dựa trên ảnh hưởng kết hợp của 8 đôi gien. Tuy nhiên, mẫu cho thấy một số gien kết hợp với nhau ra sao để *có thể* tạo ra một thể kiểu hình liên tục. Một điều gì đó giống như ví dụ của chúng ta có lẽ liên quan đến sự di truyền của nhiều nét hành vi ở con người, ngoại trừ có nhiều đôi gien hơn tham gia vào. Ngoài ra, môi trường cũng ảnh hưởng đến kiểu hình.

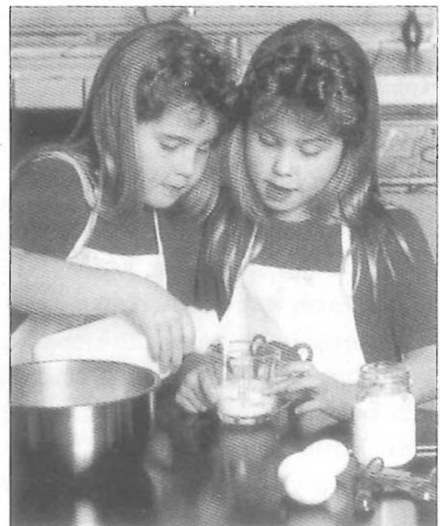
Nếu nhiều kiểu hình hành vi bao gồm vô số gien, làm cách nào chúng ta có thể hi vọng làm sáng tỏ ảnh hưởng di truyền? Trẻ song sinh và con nuôi cung cấp một số manh mối quan trọng đối với vai trò di truyền.

Nghiên cứu trẻ song sinh và con nuôi

Trẻ song sinh một hợp tử được gọi là trẻ song sinh đơn hợp tử *vì trẻ xuất phát từ một trứng được thụ tinh chia làm hai.* Vì trẻ song sinh một hợp tử phát xuất từ cùng một trứng thụ tinh, nên cùng các gien như nhau kiểm soát cấu trúc cơ thể của trẻ, chiều cao, nét mặt, giải thích tại sao trẻ song sinh một hợp tử lại giống nhau như cặp song sinh một hợp tử trong ảnh chụp bên phải. *Trái lại,* trẻ song sinh hai hợp tử *hoặc lưỡng hợp tử xuất phát từ hai trứng riêng biệt do hai tinh trùng riêng biệt thụ tinh.* Về mặt gien, trẻ song sinh hai hợp tử giống như anh chị em ruột – nói chung khoảng một nửa số gien của họ giống nhau. Trong nghiên cứu trẻ song sinh, các nhà khoa học so sánh trẻ song sinh đơn hợp tử và lưỡng hợp tử để đánh giá ảnh hưởng của di truyền. Nếu trẻ song sinh đơn hợp tử giống nhau nhiều hơn trẻ song sinh lưỡng hợp tử thì điều này ngụ ý tính di truyền (Phelps, Davis, & Schartz, 1997).

Phần lớn logic tương tự này được sử dụng trong nghiên cứu nhận con nuôi, trong đó con nuôi được so sánh với bố mẹ ruột và bố mẹ ruột. Quan điểm ở đây là bố mẹ nuôi cung cấp gien cho con mình, nhưng bố mẹ nuôi cung cấp môi trường cho con nuôi. Do đó, nếu một hành vi có nguồn gốc gien thì con nuôi có hành vi giống với bố mẹ ruột nhiều hơn bố mẹ nuôi.

Những phương pháp này và phương pháp khác không phải dễ áp dụng. Có thể bạn nghĩ đến sai sót tiềm tàng trong nghiên cứu trẻ song sinh: bố mẹ và người khác đối xử với trẻ con song sinh đơn hợp tử giống nhau nhiều hơn đối với các trẻ con song sinh lưỡng hợp tử. Điều này làm cho trẻ con song sinh đơn hợp tử giống



nhau nhiều hơn trẻ con song sinh lưỡng hợp tử trong kinh nghiệm cũng như trong gien của họ. Tuy nhiên, vì mỗi phương pháp đều có điểm yếu, khi các phương pháp khác nhau có cùng kết luận về ảnh hưởng di truyền thì chúng ta có thể tin vào kết quả ấy. Trong suốt quyển sách này, bạn sẽ nhìn thấy nhiều trường hợp trong đó nghiên cứu trẻ song sinh và nghiên cứu con nuôi nêu rõ ảnh hưởng di truyền đối với sự phát triển con người.

RỐI LOẠN GIEN

Một số người chịu ảnh hưởng của di truyền theo một cách đặc biệt: họ có rối loạn di truyền phá vỡ mẫu phát triển thông thường. Di truyền học làm lạc hướng phát triển theo hai cách. Thứ nhất, một số rối loạn được di truyền. Bệnh tế bào hình liềm là một ví dụ của rối loạn di truyền. Thứ hai, đôi khi trứng hoặc tinh trùng không bao gồm 23 nhiễm sắc thể thông thường nhưng thay vào đó có nhiều hay ít nhiễm sắc thể hơn. Trong các trang sau, chúng ta sẽ hiểu rối loạn di truyền và số lượng nhiễm sắc thể bất thường có thể thay đổi sự phát triển của con người như thế nào.

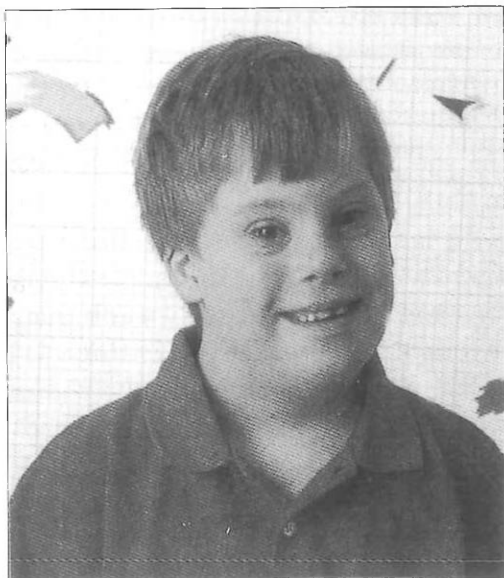
➡ *Rối loạn di truyền*

Bạn biết rằng bệnh tế bào hình liềm là một rối loạn ảnh hưởng đến những người kế thừa hai gien tương ứng lặn. *Rối loạn khác liên quan đến gien tương ứng lặn là* phenylketonuria, *một rối loạn trong đó trẻ sinh ra thiếu một enzyme gan quan trọng.* Enzyme này chuyển đổi phenylalanine – một protein có trong sản phẩm từ sữa, bánh mì, soda ăn kiêng, và cá – thành các acid amin cần thiết cho hoạt động chức năng bình thường của cơ thể. Không có enzyme này, phenylalanine tích tụ và sinh ra độc tố làm tổn hại hệ thần kinh dẫn đến giảm thiểu trí năng (Diamond và người khác, 1997; Mange & Mange, 1990).

Hầu hết rối loạn di truyền giống như bệnh tế bào hình liềm và PKU ở chỗ chúng được mang bởi gien tương ứng lặn. Một vài rối loạn tương đối kém nghiêm trọng là do gien tương ứng trội tạo ra. Tại sao? Nếu gien tương ứng đối với rối loạn là trội thì mỗi người ít nhất có một trong những gien tương ứng này sẽ gặp rối loạn. Cá thể bị những rối loạn này thường không sống lâu đủ mức sinh sản, vì thế gien tương ứng trội tạo ra rối loạn gây chết người ít lâu sau sẽ biến mất khỏi chủng loài. *Một ngoại lệ là* bệnh Huntington, *một căn bệnh chết người mang đặc điểm sự thoái hóa tuần tiến của hệ thần kinh.* Bệnh Huntington là do một gien tương ứng trội gây ra, gien này có trong nhiễm sắc thể 4. Cá thể kế thừa rối loạn này vẫn phát triển bình thường trong suốt thời thơ ấu, tuổi thanh niên và đầu tuổi trưởng thành. Tuy nhiên, vào tuổi trung niên, tế bào thần kinh bắt đầu thoái hóa, tạo ra triệu chứng như co thắt cơ, trầm cảm và thay đổi đáng kể trong nhân cách (Shiwach, 1994). Hiện nay, nhiều người mắc bệnh Huntington đã có con, thì con họ sau này cũng mắc bệnh như thế.

➡ *Nhiễm sắc thể bất thường*

Đôi khi cá thể không nhận được sự bổ sung bình thường của 46 nhiễm sắc thể. Nếu sinh ra với số nhiễm sắc thể dư, thiếu, hoặc bị tổn thương thì sự phát triển luôn bị xáo trộn. Ví dụ điển hình là hội chứng Down. Như cậu bé trong ảnh (trang 79), người bị hội chứng Down đều có cặp mắt hình quả hạnh, và nếp gấp phía trên mí mắt. Đầu, cổ, và mũi thường nhỏ hơn bình thường. Trong một vài tháng đầu đời, sự phát triển của bé có vẻ bình thường. Sau đó, sự phát triển tâm thần và hành vi bắt đầu chậm lại thua các đứa trẻ bình thường khác. Chẳng hạn, trẻ bị hội chứng Down đầu tiên có thể tự ngồi khi được 1 tuổi, biết đi lúc 2 tuổi, biết nói lúc 3 tuổi đạt đến từng cột mốc



phát triển này trễ hơn trẻ không bị hội chứng Down nhiều tháng hay thậm chí nhiều năm. Vào thời thơ ấu, hầu hết khía cạnh phát triển nhận thức và xã hội bị giảm thiểu nghiêm trọng (Cielinski và người khác, 1995; Rast & Meltzoff, 1995). Tuy nhiên, như bạn thấy trong Chương 6, nhiều cá thể bị hội chứng Down vẫn có cuộc sống mãn nguyện, trọn vẹn.

Nguyên nhân của hội chứng Down là gì? Cá thể bị hội chứng Down thường có một nhiễm sắc thể thứ 21 dư thường do trứng tạo ra (Antonarakis và người khác, 1991). Tại sao người mẹ tạo ra hai nhiễm sắc thể thứ 21 vẫn chưa ai biết. Tuy nhiên, tỉ lệ người mẹ sinh con bị hội chứng Down tăng lên đáng kể khi người mẹ lớn tuổi. Đối với người mẹ trong độ tuổi 20, rủi ro sinh con bị hội chứng Down là 1:1000, đối với người mẹ ở độ tuổi 40, rủi ro ở mức 1: 50. Tại sao? Trứng của một phụ nữ có trong buồng trứng đã phát triển trước khi sinh, và trứng có thể bị thoái hóa qua thời gian hoặc vì quá trình lão hóa hoặc vì phụ nữ lớn tuổi có một lịch sử tiếp xúc với các rủi ro, nguy hiểm trong môi trường nhiều hơn chẳng hạn như tia X làm tổn hại trứng.

Một thể thường nhiễm sắc dư (như trong hội chứng Down), một thể thường nhiễm sắc thiếu, hoặc một thể thường nhiễm sắc hỏng luôn có những kết quả phát triển với ảnh hưởng rộng khắp vì các thể thường nhiễm sắc chứa đựng vô số chất di truyền. Thật ra, gần một nửa trong tất cả trứng thụ tinh làm sẩy thai

RỐI LOẠN THÔNG THƯỜNG ĐI KÈM VỚI NHIỄM SẮC THỂ GIỚI TÍNH

Rối loạn	Nhiễm sắc thể	Tần số	Đặc điểm
Hội chứng Klinefelter	XXY	1: 500 lần sinh bé trai	Cao, tinh hoàn nhỏ, vô sinh, trí năng dưới mức bình thường, thụ động
XYY bổ sung	XYY	1:1000 lần sinh bé trai	Cao, một số trường hợp có trí năng dưới mức bình thường thấy rõ
Hội chứng Turne	X	1: 2500 – 5000 lần sinh bé gái	Thấp, phát triển hạn chế đặc điểm giới tính thứ cấp, vấn đề nhận thức quan hệ không gian
Hội chứng XXX	XXX	1: 500 – 1200 lần sinh bé gái	Vóc dáng bình thường nhưng phát triển ngôn ngữ và vận động chậm trễ

Nguồn: Dựa theo Bancroft và người khác, 1982; Downey và người khác, 1991; Linden và người khác, 1988; Plomin và người khác, 1990.

tự phát trong vòng hai tuần chủ yếu là vì thể thường nhiễm sắc bất thường. Vì thế, hầu hết trứng không thể phát triển bình thường đều được hủy bỏ một cách tự nhiên (Moore & Persaud, 1993).

Nhiễm sắc thể giới tính bất thường cũng có thể phá vỡ sự phát triển. Bảng (trang 79) liệt kê 4 rối loạn thường gặp đi kèm với số lượng nhiễm sắc thể X và Y không điển hình. Nên nhớ "thường" mang nghĩa tương đối mặc dù những rối loạn này thường gặp hơn PKU hoặc bệnh Huntington, sơ đồ cho thấy hầu hết rất hiếm. Lưu ý rằng không có rối loạn nào chỉ bao gồm một mình nhiễm sắc thể Y. Sự có mặt của một nhiễm sắc thể X có vẻ như cần thiết cho sự sống.

May thay, hầu hết chúng ta nhận được số lượng nhiễm sắc thể phù hợp và không thừa hưởng căn bệnh đe dọa đến tính mạng. Đối với hầu hết mọi người, di truyền thể hiện sức mạnh của mình trong việc tạo ra một cá thể độc đáo – một người không giống bất kỳ ai khác. Dĩ nhiên, di truyền không hoạt động đơn độc. Để hiểu trọn vẹn di truyền ảnh hưởng đến phát triển ra sao, chúng ta cần nghiên cứu môi trường.

DI TRUYỀN KHÔNG PHẢI LÀ SỐ PHẬN: GIEN VÀ MÔI TRƯỜNG

Nhiều người nhầm lẫn xem di truyền như một kiểu hình tự động phơi bày từ kiểu gien được ấn định khi thụ thai. Một số kiểu gien được ấn định khi tinh trùng làm trứng thụ tinh, nhưng kiểu hình thì không. Thay vào đó kiểu hình tùy thuộc vào cả kiểu gien lẫn môi trường phát triển của trẻ.

Trường hợp PKU

Ở trang 51, chúng tôi lưu ý rằng khi bé nhiễm PKU, độc tố làm thương tổn hệ thần kinh, làm giảm thiểu trí năng. Tuy nhiên, ngày nay, hầu hết trẻ sơ sinh Mỹ được xét nghiệm PKU trong xét nghiệm máu. Trẻ sơ sinh mắc bệnh ngay lập tức phải ăn kiêng hạn chế việc đưa phenylalanine vào cơ thể. Kết quả là tránh được giảm thiểu trí năng. Vì thế, trẻ có kiểu gien dễ mắc PKU sẽ bị giảm thiểu trí năng khi tiếp xúc với phenylalanine nhưng có trí năng bình thường khi tránh được phenylalanine. (Điều này giải thích lời cảnh báo ghi trên nhiều sản phẩm chẳng hạn soda ăn kiêng: "Phenylketonurics: có chứa phenylalanine.") PKU minh họa rằng sự phát triển lệ thuộc vào yếu tố di truyền và môi trường chẳng hạn như chăm sóc yếu tố, cơ hội giáo dục và chế độ ăn kiêng.

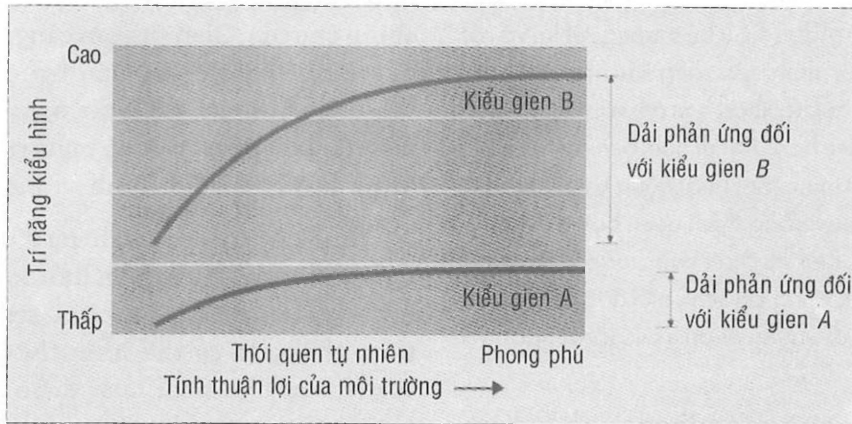
Dải phản ứng

PKU *không phải* là ví dụ tách biệt. Qui tắc chung là di truyền và môi trường cùng quyết định hướng phát triển. *Từ* dải phản ứng *ám chỉ kiểu gien có thể dẫn đến một dải kiểu hình, để phản ứng với môi trường diễn ra sự phát triển.* Sơ đồ (trang 81) minh họa vấn đề này bằng cách thể hiện trí năng kiểu hình có thể thay đổi ra sao tùy vào môi trường. Trước tiên hãy xét trí năng kiểu gien *A*, có một dải phản ứng nhỏ. Kiểu gien này dẫn đến phần lớn trí năng có cùng kiểu hình cho dù sự phát triển có diễn ra trong một môi trường phong phú đầy ắp sự kích thích từ bố mẹ, anh chị em ruột và sách vở hoặc trong một môi trường thiếu tất cả những kích thích như thế.

Trái lại, kiểu gien *B* có một dải phản ứng rộng hơn: môi trường phong phú dẫn

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Khái niệm dải phản ứng giúp giải thích tại sao tự nhiên và nuôi dưỡng luôn tham gia vào phương trình phát triển?



Gottesman, 1963.

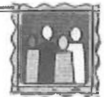
đến trí năng kiểu hình nhiều hơn môi trường cạn kiệt. Vì thế, một kiểu gien duy nhất có thể dẫn đến một dải kiểu hình tùy vào chất lượng của môi trường nuôi dưỡng.

Dĩ nhiên, những gì tạo ra môi trường "tốt" hay "phong phú" không phải như nhau đối với tất cả khía cạnh phát triển hành vi hoặc tâm lý. Như bạn thấy được trong suốt quyển sách này, trẻ em thành thạo trong các công việc khác nhau – ngôn ngữ, kỹ năng vận động và kỹ năng xã hội chẳng hạn – được nuôi dưỡng bằng ảnh hưởng của môi trường cụ thể (Wachs, 1983).

Tương quan gien – môi trường

Chúng ta nhấn mạnh rằng kinh nghiệm có thể quyết định tác động của di truyền. Nghe có thể thật lạ, nhưng sự thật hoàn toàn trái lại: Di truyền có thể ảnh hưởng đến kinh nghiệm! Thật cụ thể, kiểu hình có thể quyết định các loại kinh nghiệm mà trẻ đang có (Scarr & McCartney, 1983). Chẳng hạn, các kiểu gien khác nhau có thể gợi ra các phản ứng khác nhau từ môi trường. Trẻ thân mật và thoải mái tự nhiên rất có khả năng tìm thấy sự tương tác xã hội vừa ý và thích thú. Trái lại, trẻ rụt rè, e thẹn tự nhiên rất có khả năng nhận cùng sự tương tác xã hội kém vừa ý hơn nhiều. *Ngoài ra, khi trẻ lớn lên, trẻ chủ tâm tìm kiếm môi trường thích hợp với di truyền của mình, một quá trình gọi là* tìm nơi thích hợp. Trẻ có tính hướng ngoại sẽ thường tìm kiếm môi trường trong đó có thể làm bạn với người khác, trẻ rụt rè thường tìm môi trường yên tĩnh, riêng tư. Phần Người thật việc thật thể hiện việc tìm nơi thích hợp như thế.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: BEN VÀ MATT CHỌN NƠI THÍCH HỢP



Ben và Matt Kail ra đời cách nhau 25 tháng. Thậm chí khi còn rất bé, Ben luôn là một "con người thực sự". Cậu rất thích tiếp xúc với người

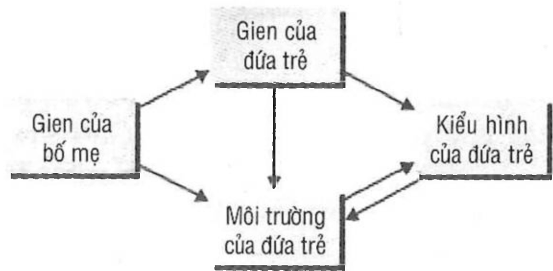


khác và thích chơi chung với người khác. Từ đầu, Matt tỏ ra khác hẳn. Cậu bé thường rút lui và rất vui khi chơi một mình. Lần sống đầu tiên xa bố mẹ đối với Ben tỏ ra khó khăn hơn đối với Matt, vì Ben thích gần bố mẹ hơn. Khi đi học, Ben rất thích kết bạn, còn Matt thích mọi hoạt động khác nhau có sẵn và hầu như không thích quen bạn mới. Mặc dù là anh em, Ben và Matt hoàn toàn khác nhau theo nghĩa khả năng kết bạn, một đặc điểm được biết có yếu tố di truyền quan trọng (Braungart và người khác, 1992).

Khi Ben và Matt lớn lên (hiện nay đã là thanh niên), cả hai luôn tìm môi trường thích hợp với nhu cầu kích thích xã hội khác nhau của mình. Ben tham gia các môn thể thao đồng đội, hiện nay làm việc trong nhà hát. Matt theo học lớp nghệ thuật và nhiếp ảnh, hiện nay rất thích thú việc đọc sách vẽ tranh, hoặc làm việc bên máy vi tính. Ben và Matt chọn những nơi thích hợp rất khác nhau và sự chọn lựa của họ một phần được định hướng bằng gien điều tiết khả năng kết bạn.

Phần lớn những gì chúng ta nói về gien, môi trường và phát triển được tóm tắt trong sơ đồ (bên phải). Bố mẹ là nguồn cung cấp gien cho con, ít nhất đối với trẻ nhỏ, cũng là nguồn cung cấp kinh nghiệm chính cho con. Gien của con cũng ảnh hưởng đến kinh nghiệm mà đứa trẻ đang có và tác động của những kinh nghiệm ấy đối với đứa trẻ. Di truyền và môi trường quyết định sự phát triển hành vi và tâm lý.

Hầu hết quyển sách này dành trọn cho việc giải thích mối liên kết giữa tự nhiên, nuôi dưỡng và phát triển. Trước tiên, chúng ta có thể nhìn thấy sự tương tác của tự nhiên và nuôi dưỡng trong sự phát triển trước khi sinh, và sẽ khảo sát trong phần kế tiếp của chương này.



TỰ KIỂM TRA

1. 22 đôi nhiễm sắc thể đầu tiên được gọi là _______.
2. _______ phản ánh hoạt động kết hợp của một số lượng gien dễ phân biệt.
3. Cá thể _______ có nhiễm sắc thể thứ 21 dư, thường được thừa hưởng từ người mẹ.
4. Khi một trứng được thụ tinh thường có nhiễm sắc thể khiếm khuyết, thì kết quả thông thường là _______.
5. Trẻ nhiễm PKU có thể phát triển trí năng bình thường nếu _______.
6. Từ _______ ám chỉ cùng một kiểu hình có thể kết hợp với nhiều kiểu hình khác nhau.
7. Hãy giải thích việc chọn nơi thích hợp có tác động ra sao trong lĩnh vực trí năng

Trả lời: (1) thể thường nhiễm sắc, (2) Di truyền đa gien, (3) hội chứng Down, (4) trứng thụ tinh bị sẩy thai tự phát, (5) họ có chế độ ăn kiêng đặc biệt có ít chất phenylalanine, (6) dải phản ứng

TỪ LÚC THỤ THAI ĐẾN LÚC SINH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Điều gì diễn ra đối với một trứng đã thụ tinh trong hai tuần đầu tiên sau khi thụ thai?**
- **Cấu trúc cơ thể và cơ quan nội tạng xuất hiện trong sự phát triển trước khi sinh lúc nào?**
- **Hệ thống cơ thể bắt đầu hoạt động chức năng đủ hiệu quả để hỗ trợ đời sống khi nào?**

Từ lúc thụ thai đến lúc sinh

Giai đoạn hợp tử (Tuần 1-2)

Giai đoạn phôi (Tuần 3-8)

Giai đoạn thai (Tuần 9-38)

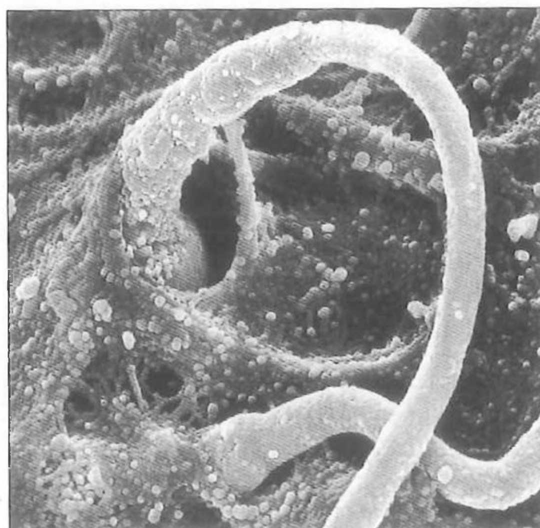
EUN JUNG *biết rằng mình đang có mang đứa con đầu lòng. Như nhiều bậc phụ huynh khác, cô cùng chồng Kinam rất hạnh phúc nhưng ít lâu sau họ biết rằng mình biết quá ít về "khi nào điều gì sẽ xảy ra" trong khi mang thai. Eun Jung đến gặp bác sĩ phụ khoa để hỏi về thời biểu các sự kiện thông thường trong khi mang thai.*

Sự phát triển trước khi sinh bắt đầu khi tinh trùng làm thụ tinh trứng thành công. *Nhiều thay đổi chuyển trứng thụ tinh thành một người mới sinh được gọi là* sự phát triển trước khi sinh. Sự phát triển trước khi sinh mất trung bình 38 tuần, chia thành 3 giai đoạn: giai đoạn hợp tử, giai đoạn phôi, và giai đoạn thai. Mỗi giai đoạn có tên gọi bằng từ khoa học được sử dụng để mô tả em bé sắp sinh vào thời điểm trong sự phát triển trước khi sinh.

Trong phần này, chúng ta lần theo những phát triển quan trọng trong từng giai đoạn. Như thế, bạn sẽ biết được câu trả lời "khi nào điều gì sẽ xảy ra" khiến cho Eun Jung phải suy nghĩ nhiều.

GIAI ĐOẠN HỢP TỬ (TUẦN 1 – 2)

Khoảng một thìa cà phê tinh dịch được tạo ra trong mỗi lần xuất tinh của người đàn ông trong độ tuổi sinh sản có từ 200 đến 500 triệu tinh trùng. Trong số tinh trùng được phóng thích vào âm đạo, chỉ có vài trăm ngàn tinh trùng hoàn tất đoạn đường dài 6 đến 7 inch đến vòi Fallop. Ở đây, trứng rụng hàng tháng, nhiều giờ sau khi được buồng trứng phóng thích trứng mới đến vòi Fallop. Nếu trứng có mặt sẵn thì nhiều tinh trùng cùng lúc bắt đầu đào đường xuyên qua cụm tế bào nuôi dưỡng đang bao quanh trứng. Trong ảnh là hai tế bào tinh trùng đang làm công việc này. Có thể nhìn rõ đuôi tinh trùng, nhưng một tinh trùng đã đào quá sâu đến mức không thể nhìn thấy rõ



phần đầu của nó. Sau cùng khi tinh trùng này hoặc một số tinh trùng khác thâm nhập vào thành tế bào của trứng, thì làm biến đổi hóa học ở thành tế bào ngay lập tức nhằm cản đường tất cả tinh trùng khác. Sau đó nhân trứng và tinh trùng kết hợp và trao đổi cho nhau hai tập hợp độc lập gồm 23 nhiễm sắc thể. Sự phát triển của một sinh vật mới đang bắt đầu!

Gần như trong suốt lịch sử, giao hợp là cách duy nhất để trứng và tinh trùng kết hợp và bắt đầu sự phát triển dẫn đến kết quả tạo ra con người. Cách này không còn là cách duy nhất nữa, chúng ta sẽ hiểu trong phần Tranh luận hiện nay.

TRANH LUẬN HIỆN NAY: THỤ THAI TRONG THẾ KỶ 21



Cách đây hơn 25 năm, Louise Brown làm cho cả thế giới phải chú ý trước đứa bé đầu tiên thụ tinh trong ống nghiệm – được thụ thai trong một dĩa petri thay vì trong cơ thể người mẹ. Ngày nay, công nghệ sinh sản này không còn mang tính thí nghiệm nữa, đây là ngành kinh doanh kiếm được hàng tỉ đô-la ở Mỹ (Beck, 1994). Hiện có nhiều kỹ thuật mới giúp cho các cặp vợ chồng không thể có con bằng sự giao hợp thông thường. Nổi tiếng nhất của việc thụ tinh trong ống nghiệm là sự kết hợp tinh trùng và trứng trong một dĩa petri và sau đó đặt *một số trứng đã thụ tinh vào trong tử cung của người mẹ với hy vọng sẽ cấy chúng vào thành tử cung.* Các phương pháp khác bao gồm việc đưa tinh trùng trực tiếp vào vòi Fallop hoặc một tinh trùng duy nhất vào trong trứng.

Tinh trùng và trứng thường lấy từ bố mẹ tương lai, nhưng đôi lúc lấy từ người tặng biếu. Thông thường, trứng đã thụ tinh được vào tử cung của người mẹ tương lai, nhưng đôi lúc được đặt vào tử cung của người mẹ mang thai hộ. Nghĩa là bé có thể có đến 5 "bố mẹ": nam và nữ cung cấp tinh trùng và trứng, người mẹ mang thai hộ, người mẹ và ông bố sẽ nuôi bé.

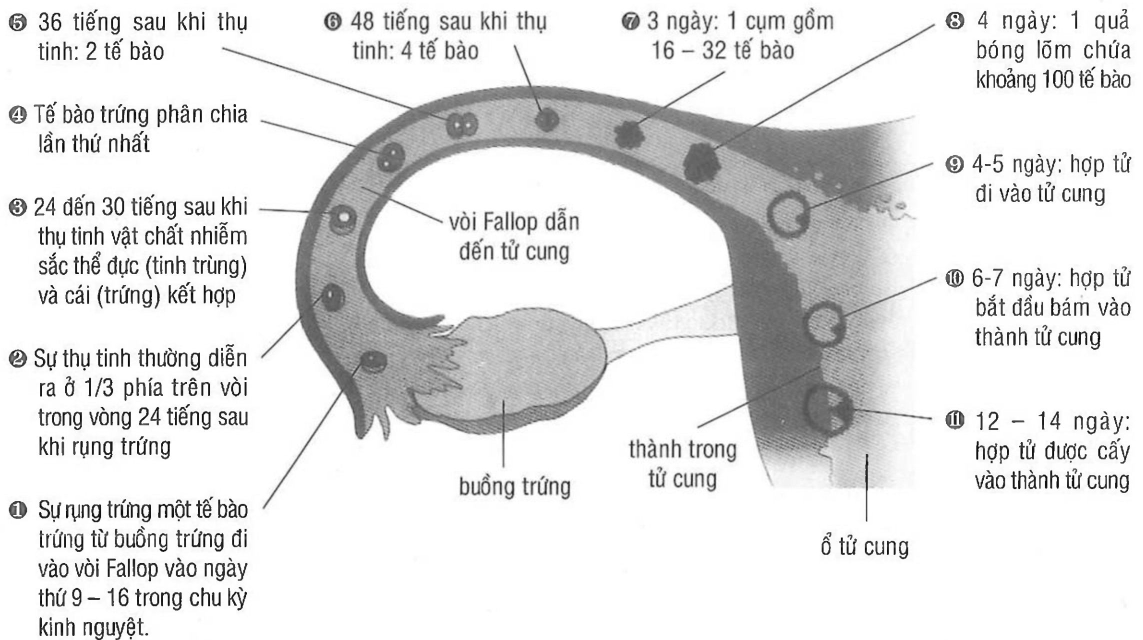
Đối với nhiều cặp vợ chồng từ lâu muốn có con mà không được thì kỹ thuật này tạo ra hy vọng mới. Đồng thời chúng cũng dẫn đến nhiều tranh luận vì một số vấn đề đạo đức phức tạp đi kèm. Người ta quan tâm đến quyền chọn tế bào trứng và tinh trùng cụ thể của bố mẹ tương lai, trong khi người khác quan tâm ai có khả năng sử dụng công nghệ này.

Chọn tế bào trứng và tinh trùng từ catalog? Cho đến gần đây, bố mẹ tương lai không biết gì về người cho tặng trứng và tinh trùng. Tuy nhiên, ngày nay, đôi lúc người ta có thể chọn trứng và tinh trùng trên cơ sở đặc điểm cơ thể và tâm lý của người cho tặng bao gồm diện mạo và chủng tộc. Một số quả quyết cho rằng những bố mẹ tương lai như thế có quyền được cung cấp đầy đủ thông tin về người cung cấp vật chất gien cho con mình. Người khác lập luận *rằng điều này gọi là ưu sinh học, là một nỗ lực cải thiện loài người bằng cách chỉ cho phép một số người nào đó giao phối và truyền gien của mình cho các thế hệ tiếp theo sau.*

Dành cho tất cả? Hầu hết các cặp vợ chồng sử dụng thụ tinh trong ống nghiệm đều ở độ tuổi 30 và 40, nhưng có nhiều phụ nữ lớn tuổi hơn bắt đầu sử dụng công nghệ này. Phần lớn những phụ nữ này không thể thụ thai theo cách tự nhiên, vì họ đã qua thời kỳ mãn kinh và không còn rụng trứng nữa. Một số lập luận rằng thật không công bằng cho đứa bé có bố mẹ không thể sống cho đến khi đứa bé ở vào tuổi trưởng thành. Lập luận khác nêu rõ rằng con người đang sống thọ hơn, và người lớn ở tuổi trung niên (hay lớn hơn) làm bố mẹ tốt hơn. (chúng ta đề cập vấn đề này chi tiết hơn trong Chương 12).

Bạn suy nghĩ gì? Bố mẹ tương lai có được phép xem catalog có ảnh chụp và tiểu sử của người cho tặng không? Công nghệ sinh sản mới có dành cho mọi người, bất kể độ tuổi không?

Cho dù bằng phương pháp nhân tạo như những phương pháp chúng ta vừa mô tả hoặc bằng cách giao hợp tự nhiên đi nữa, sự thụ tinh mở đầu giai đoạn của hợp tử. Hợp tử là từ kỹ thuật chỉ trứng đã thụ tinh. Giai đoạn này kết thúc khi

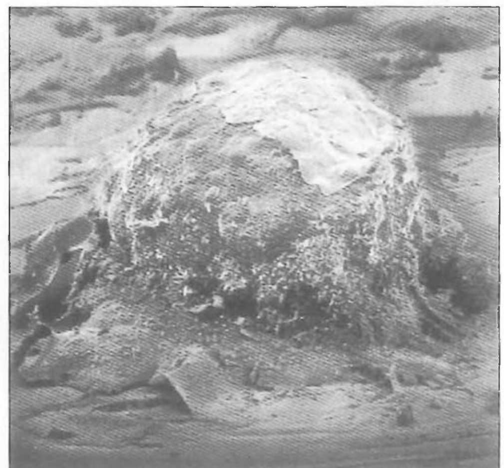


hợp tử tự cấy vào thành tử cung. Kéo dài trong 2 tuần, hợp tử phát triển thật nhanh qua sự phân chia tế bào. Sơ đồ (bên trên) mô tả tế bào trứng từ lúc rụng khỏi buồng trứng cho đến khi hợp tử được cấy vào thành tử cung. Hợp tử đi xuống vòi Fallop hướng đến tử cung. Trong vòng nhiều tiếng, hợp tử phân chia lần thứ nhất, sau đó tiếp tục phân chia trong mỗi 12 tiếng. Đôi khi, hợp tử tách ra thành 2 cụm phát triển thành trẻ song sinh đơn hợp tử. Nhưng thường gặp hơn là trẻ song sinh lưỡng hợp tử, được hình thành khi có hai trứng rụng và mỗi trứng do một tế bào tinh trùng khác nhau làm cho thụ tinh.

Sau khoảng 4 ngày, hợp tử bao gồm khoảng 100 tế bào và giống như quả bóng lõm. Phần bên trong quả bóng sẽ phát triển thành em bé. Lớp tế bào bên ngoài sẽ hình thành nhiều cấu trúc cung cấp một hệ thống hỗ trợ sự sống trong suốt sự phát triển trước khi sinh.

Cuối tuần thứ nhất, hợp tử đi đến tử cung. *Bước kế tiếp là* cấy, *trong đó hợp tử đào sâu vào thành tử cung và hình thành sự kết nối với các mạch máu của phụ nữ.* Việc cấy phải mất 1 tuần mới xong và kích thích sự thay đổi nội tiết tố ngăn cản sự hành kinh, làm cho phụ nữ biết mình đã mang thai.

Hợp tử được cấy, như trong ảnh chụp (bên dưới), có đường kính chưa đến 1 mm. Nhưng tế bào của nó đã bắt đầu phân chia. *Một* đĩa mầm *là nhóm nhỏ tế bào gần tâm hợp tử, sẽ phát triển thành em bé.* Các tế bào khác sẽ trở thành cấu trúc hỗ trợ, nuôi dưỡng và bảo vệ cơ thể sống



đang phát triển. *Chẳng hạn, lớp tế bào nằm gần tử cung nhất sẽ trở thành* "nhau", *một cấu trúc để trao đổi dưỡng chất và chất thải giữa người mẹ và cơ thể sống đang phát triển.*

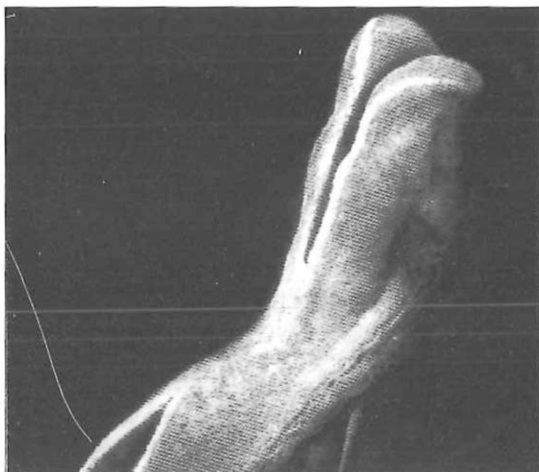
Cấy và phân chia tế bào đánh dấu sự kết thúc giai đoạn hợp tử. Được bố trí thuận lợi trong tử cung, hợp tử còn được chuẩn bị tốt cho 36 tuần còn lại của cuộc hành trình tuyệt diệu dẫn đến sinh nở.

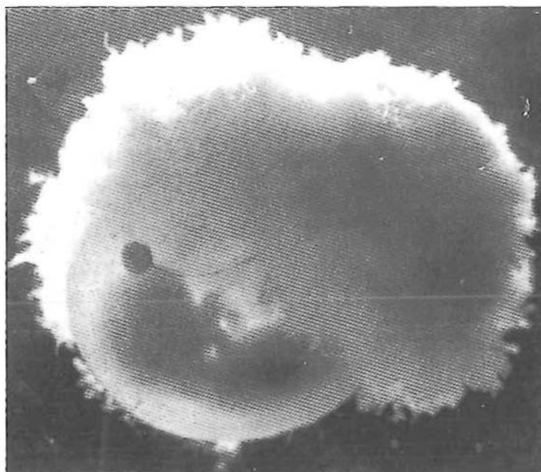
GIAI ĐOẠN PHÔI (TUẦN 3 – 8)

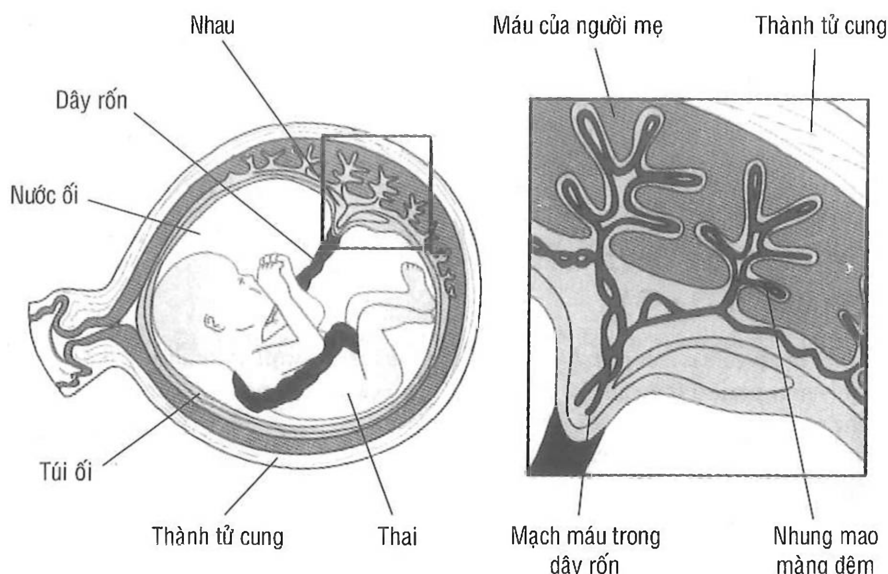
Một khi hợp tử được gắn hoàn toàn vào thành tử cung, thì được gọi là phôi. Giai đoạn mới này thường bắt đầu vào tuần thứ ba sau khi thụ thai và kéo dài cho đến cuối tuần thứ 8. Trong giai đoạn phôi, cấu trúc cơ thể và cơ quan nội tạng phát triển. Vào đầu giai đoạn này, ba lớp bắt đầu hình thành trong phôi. *Lớp ngoài hoặc* ngoại bì *phát triển thành tóc, lớp da ngoài và hệ thần kinh, lớp giữa* hoặc trung phôi bì *hình thành cơ, xương và hệ tuần hoàn, lớp bên trong hoặc* nội phôi bì *hình thành hệ tiêu hóa và phổi.*

Một cách ấn tượng để hiểu được những thay đổi này là phải so sánh một phôi 3 tuần tuổi với một phôi 8 tuần tuổi. Phôi 3 tuần tuổi trong ảnh bên dưới trái chỉ dài khoảng 2 mm. Sự chuyên môn hóa của các tế bào đang diễn ra nhưng cơ thể sống trông giống con kỳ nhông hơn là con người. Tuy nhiên, sự phát triển và đặc điểm cụ thể diễn ra nhanh đến mức một phôi 8 tuần tuổi – trong ảnh bên phải dưới – nhìn khác hẳn: bạn thấy được mắt, hàm, cánh tay và chân. Não và hệ thần kinh phát triển nhanh, tim đập được gần một tháng. Hầu hết các cơ quan có ở người trưởng thành đều được định vị trong hình dạng nào đó. (Cơ quan sinh dục là một ngoại lệ đáng chú ý). Phôi đã dài 1 inch và nặng bằng một phần của ounce, nhưng nó nhỏ đến mức người mẹ không cảm nhận được sự có mặt của nó.

Môi trường của phôi được minh họa trong sơ đồ (trang 87). *Phôi nằm trong một chiếc túi gọi là* màng ối, *chứa nhiều* nước ối *làm chất đệm cho phôi và duy trì một nhiệt độ không đổi.* Phôi nối với người mẹ bằng hai cấu trúc. Dây rốn *chứa các mạch máu nối liền phôi với "nhau".* Trong "nhau", mạch máu từ dây rốn chạy dọc theo sát mạch máu của người mẹ, nhưng thực tế không nối kết với chúng. Sự nằm gần sát của mạch máu cho phép có sự trao đổi dưỡng chất, oxy, vitamin và sản phẩm thải giữa người mẹ và phôi.







Sự phát triển trong giai đoạn phôi theo hai nguyên tắc quan trọng: thứ nhất, phần đầu phát triển trước các phần khác của cơ thể. *Sự phát triển từ phần đầu đến phần gốc cột sống như thế minh họa* nguyên tắc đầu đuôi. Thứ hai, cánh tay và chân phát triển trước bàn tay và bàn chân. *Sự phát triển các bộ phận gần tâm cơ thể trước những bộ phận nằm xa hơn minh họa* nguyên tắc cận-xa tâm. Sự phát triển sau khi sinh cũng theo những nguyên tắc này.

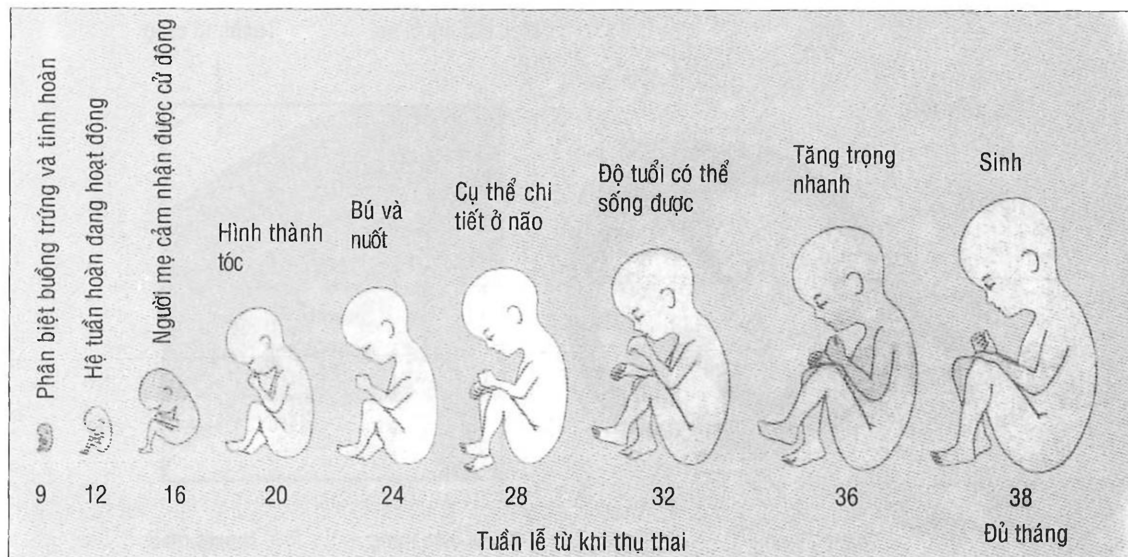
Với cấu trúc cơ thể và cơ quan nội tạng được định vị, phôi chuyển qua cột mốc quan trọng khác trong sự phát triển trước khi sinh. Những gì còn lại là việc hoạt động của những cấu trúc và cơ quan này. Điều này được thực hiện trong giai đoạn sau cùng của sự phát triển trước khi sinh.

GIAI ĐOẠN THAI (TUẦN 9 – 38)

Giai đoạn thai là giai đoạn sau cùng và dài nhất của sự phát triển trước khi sinh, bắt đầu vào tuần thứ 9 (khi sụn bắt đầu biến thành xương) và kết thúc vào lúc sinh. Trong giai đoạn này, đứa bé sẽ lớn hơn nhiều, hệ thống trên cơ thể bắt đầu hoạt động. Sự gia tăng kích thước rất đáng kể. Vào đầu giai đoạn này, thai nặng chưa đến một ounce. Khoảng 4 tháng, thai nặng khoảng 4 – 8 ounce, đủ lớn để cho người mẹ cảm nhận được sự cử động của thai. Trong 5 tháng mang thai vừa qua, thai tăng thêm 7 hoặc 8 cân Anh trước khi sinh.

Cũng trong giai đoạn này, các chi tiết nhỏ hoàn tất được bổ sung vào nhiều hệ thống cần thiết cho sự sống con người chẳng hạn hô hấp, tiêu hóa và thị lực. Chẳng hạn, vào tháng thứ 5, hàng tỉ tế bào hình thành não được định vị, và não bắt đầu hoạt động chức năng. Một số phản xạ đơn giản như bú, nuốt đã có và người mẹ đôi lúc cảm nhận được tiếng nấc cụt của thai! Sơ đồ (trang 88) mô tả thai bằng 1/8 kích thước thực tế, nêu rõ một số điểm nổi bật trong giai đoạn này.

Khoảng 7 tháng, hầu hết hệ thống hoạt động chức năng đủ tốt đến mức thai sinh ở tuổi này có khả năng sống được, vì thế đây là giải thích tại sao thai 7 tháng được gọi là độ tuổi có thể sống được. Thai 7 tháng, phổi vẫn chưa phát triển đầy đủ, vì thế bé sinh ra thở rất khó. Bé không thể điều hoà thân nhiệt của mình vì thiếu



lớp mỡ bao bọc vào tháng thứ 8 sau khi thụ thai mới có. Với sự chăm sóc đặc biệt dành cho trẻ sơ sinh hiện nay, bé sinh ra ở tháng thứ 7 vẫn sống được nhưng gặp nhiều thử thách khác, chúng ta sẽ tìm hiểu vào cuối chương này.

Vào hai tháng cuối của sự phát triển trước khi sinh, thai được phát triển đầy đủ đến mức có giai đoạn hoạt động thường xuyên, mắt và tai bắt đầu hoạt động chức năng (Groome và người khác, 1997; Kisilevsky & Low, 1998). Dĩ nhiên, không nhiều hơn cách "cảm nhận thị giác" trong thế giới tối tăm của tử cung, nhưng nhiều tiếng động. Microphone đặt trong tử cung nghe được cường độ tiếng ồn khoảng 75 decibel, là dung lượng của cuộc chuyện trò bình thường.

Trẻ sơ sinh thường nhận biết một số tiếng động mà nó đã biết trong sự phát triển trước khi sinh. DeCasper và Spence (1986) để cho phụ nữ mang thai đọc to câu chuyện *The Cat in the Hat* nổi tiếng của Bác sĩ Seuss hai lần trong ngày trong 1,5 tháng mang thai sau cùng. Khi sinh ra, những bé này đã nghe câu chuyện *The Cat in the Hat* hơn 50 lần! Sau đó các bé được ngậm một núm vú cơ học kết nối với máy ghi âm sao cho động tác bú có thể tắt hoặc mở máy. Các bé vừa bú vừa nghe băng (mở máy) cuốn truyện *The Cat in the Hat* do người mẹ đọc nhưng không nghe (tắt máy) các câu chuyện khác. Rõ ràng, trẻ sơ sinh nhận biết tính chất quen thuộc, theo nhịp điệu của truyện *The Cat in the Hat* từ những lần đọc truyện trước khi sinh.

Chứng cứ như thế này cho chúng ta biết rằng một vài tháng sau cùng của sự phát triển trước khi sinh là chuẩn bị tốt cho thai cuộc sống độc lập trong tư cách trẻ sơ sinh. Thật không may, không phải trẻ nào cũng sinh đủ tháng vì sự phát triển trước khi sinh của trẻ bị phá vỡ. Chúng ta hiểu sự phát triển trước khi sinh đôi lúc thật đáng sợ biết bao.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Chuyên gia chăm sóc sức khỏe thường chia thai kỳ thành 3 quý, mỗi quý 3 tháng. 3 quý 3 tháng này tương ứng với các giai đoạn hợp tử, phôi, và thai ra sao?

1. Giai đoạn hợp tử chấm dứt _______.
2. Cấu trúc cơ thể và cơ quan nội tạng được hình thành trong giai đoạn _______.
3. _______ được gọi là độ tuổi có thể sống được vì đây là lúc hầu hết hệ thống cơ thể hoạt động chức năng đủ tốt để hỗ trợ sự sống. 4. Một chuyên gia phát biểu, "Sinh con là khi môi trường bắt đầu ảnh hưởng đến sự phát triển của trẻ". Bạn có đồng ý không? Tại sao có, tại sao không?

TỰ KIỂM TRA

Trả lời: (1) khoảng 2 tuần sau khi thụ thai (khi hợp tử được cấy vào thành tử cung), (2) phôi, (3) bảy tháng

ẢNH HƯỞNG ĐỂ SỰ PHÁT TRIỂN TRƯỚC KHI SINH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Sự phát triển trước khi sinh chịu ảnh hưởng của độ tuổi thai phụ, chế độ dinh dưỡng và căng thẳng trong lúc mang thai như thế?**
- **Bệnh tật, chất gây nghiện và nguy hiểm môi trường đôi lúc ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh ra sao?**
- **Một số nguyên tắc chung ảnh hưởng đến cách làm phương hại sự phát triển trước khi sinh là gì?**
- **Sự phát triển trước khi sinh có thể giám sát ra sao? Sự phát triển trước khi sinh bất thường có thể điều chỉnh được không?**

Ảnh hưởng để sự phát triển trước khi sinh

Yếu tố rủi ro chung

Nhân tố gây quái thai: Ma túy, bệnh tật, và nguy hiểm từ môi trường

Nhân tố gây quái thai ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh như thế nào

Chẩn đoán và điều trị trước khi sinh

CHLOE *có mang 2 tháng trong lần khám thai đầu tiên. Khi ngày hẹn tái khám đến gần, cô viết ra một loạt câu hỏi để hỏi bác sĩ sản khoa. "Suốt ngày tôi làm việc trên máy vi tính, chất phóng xạ từ màn hình có hại đối với bé hay không?" "Khi chồng và tôi đi làm việc về chúng tôi uống một ly rượu vang để rũ sạch mọi căng thẳng trong ngày. Uống rượu chừng mực như thế có sao không?" "Tôi 38 tuổi. tôi biết phụ nữ lớn tuổi sinh con thường bị giảm thiểu trí năng nhiều hơn. Tôi biết được con mình có bị giảm thiểu trí năng không?"*

Mỗi câu của Chloe đều lo lắng cho đứa bé sắp chào đời. Cô lo về sự an toàn của màn hình máy tính, về việc uống rượu vào ban đêm, và độ tuổi của cô. Lo ngại của Chloe là điều hợp lý. Nhiều yếu tố ảnh hưởng đến quá trình phát triển trước khi sinh và chúng là tiêu điểm của phần này. Nếu bạn chắc chắn mình có thể trả lời được mọi câu hỏi của Chloe, hãy bỏ

qua phần này và xem tiếp trang 100. Nếu không, bạn cứ đọc để tìm hiểu các vấn đề thường phát triển trong lúc mang thai.

YẾU TỐ RỦI RO CHUNG

Như tên gọi, yếu tố rủi ro chung có ảnh hưởng sâu rộng đối với sự phát triển trước khi sinh. Các nhà khoa học nhận dạng 3 yếu tố rủi ro như thế: độ tuổi bố mẹ, chế độ dinh dưỡng của mẹ và căng thẳng ở người mẹ.

➨ *Độ tuổi bố mẹ*

Độ tuổi cả bố lẫn mẹ đều ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh. Đối với phụ nữ, những năm sinh con chính là ở độ tuổi 20 và đầu 30. Các bà mẹ tuổi vị thành niên cũng như các bà mẹ tuổi trung niên (hoặc lớn hơn) có nhiều khả năng sinh con khuyết tật, kể cả giảm thiểu trí năng. Đối với các bà mẹ tuổi vị thành niên, vấn đề thường đi kèm với sức khỏe kém và chăm sóc trước khi sinh qua loa (Goldenberg & Klerman, 1995). Đối với các bà mẹ lớn tuổi hơn, vấn đề thường gặp ở số phụ nữ sức khỏe kém (Ales và người khác, 1990). Độ tuổi của bố cũng quan trọng, tinh trùng làm trứng thụ tinh gia tăng dần khi nam giới bước vào độ tuổi 30 và 40. Chẳng hạn, nam giới lớn tuổi có nhiều khả năng tạo ra nhiễm sắc thể thứ 21 dư dẫn đến hội chứng Down hơn nam giới nhỏ tuổi.

➨ *Chế độ dinh dưỡng của mẹ*

Mẹ là nguồn dinh dưỡng duy nhất trong suốt sự phát triển trước khi sinh, vì thế chế độ ăn uống thích hợp là điều quyết định. Protein, vitamin, và sắt đặc biệt quan trọng đối với thai phụ. Khi dinh dưỡng trước khi sinh không phù hợp, bé có nhiều khả năng sinh non, sinh thiếu ký. Chế độ ăn uống sơ sài có thể ảnh hưởng đến sự phát triển của hệ thần kinh trung ương, làm cho bé dễ mắc bệnh (Guttmacher & Kaiser, 1986; Shaw và người khác, 1995).

➨ *Stress ở người mẹ*

Thai phụ bị stress kéo dài, nghiêm trọng thường sinh non, em bé rất cáu kỉnh (Kalil và người khác, 1995; Schneider, Roughton, & Lubach, 1997). Điều này là do stress làm tiết nội tiết tố, khiến giảm lưu lượng oxy dẫn đến thai trong khi làm tăng nhịp tim đập và mức độ hoạt động của thai.

Chúng ta có thể tóm tắt những yếu tố chung này bằng cách phát biểu rằng sự phát triển trước khi sinh chắc chắn xảy ra bình thường khi phụ nữ ở độ tuổi 20 và 30, có sự chăm sóc sức khỏe và chế độ dinh dưỡng phù hợp, loại bỏ căng thẳng mãn tính ra khỏi đời sống. Tuy nhiên, thậm chí trong những trường hợp tối ưu này, sự phát triển trước khi sinh có thể bị các ảnh hưởng khác, cụ thể hơn phá vỡ.

NHÂN TỐ GÂY QUÁI THAI: CHẤT GÂY NGHIỆN, BỆNH TẬT, VÀ NGUY HIỂM TỪ MÔI TRƯỜNG

Cuối thập niên 1950, nhiều phụ nữ mang thai ở Đức uống thalidomide, một loại thuốc giúp họ dễ ngủ. Tuy nhiên, ít lâu sau người ta báo cáo rằng phần lớn phụ nữ này sinh con có bàn tay, chân, cánh tay, hoặc ngón tay biến dạng (Jensen, Benson, & Bobak, 1981). *Thalidomide là* nhân tố gây quái thai *rất mạnh, một tác nhân tạo ra sự phát triển bất thường trước khi sinh.* Sau cùng, hơn 7.000 bé trên khắp thế giới bị thương tổn trước khi cấm bán thalidomide trên thị trường (Moore & Persaud, 1993).

Qua thảm họa thalidomide, các nhà khoa học bắt đầu nghiên cứu tác nhân

gây quái thai một cách chuyên sâu. Ngày nay, chúng ta biết nhiều tác nhân gây quái thai ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh. Hầu hết tác nhân gây quái thai rơi vào 3 nhóm: ma túy, bệnh tật và nguy hiểm từ môi trường. Chúng ta hãy nghiên cứu từng nhóm.

Chất gây nghiện

Thalidomide minh họa sự tổn hại mà ma túy có thể gây ra trong sự phát triển trước khi sinh. Sơ đồ (bên dưới) liệt kê một số ma túy khác gọi là tác nhân gây quái thai.

Hầu hết các chất gây nghiện trong danh sách là những chất bạn thường dùng – rượu, aspirin, caffeine, nicotine. Nhưng khi thai phụ dùng, thì vô cùng nguy hiểm (Behnke & Eyler, 1993). Rượu là minh họa điển hình. *Thai phụ uống nhiều thức uống có cồn thường sinh con bị* hội chứng thai bệnh do rượu. Trẻ bị hội chứng này thường phát triển chậm hơn bình thường, bị bệnh tim và gương mặt méo mó. Giống như cô bé trong ảnh (bên phải trên), đứa trẻ bị hội chứng thai bệnh do rượu thường có đầu nhỏ, môi trên mỏng, mũi ngắn, hai mắt có khoảng cách rộng. Trẻ thường bị giảm thiểu trí năng, hạn chế trí năng và kỹ năng vận động (Church và người khác, 1997; Uecker & Nadel, 1996).



Hội chứng thai bệnh do rượu nhiều khả năng xảy ra khi thai phụ uống từ 3 ounce thức uống có cồn trở lên trong ngày. Điều này có nghĩa uống rượu chừng mực có an toàn không? Không. Khi phụ nữ uống chừng mực trong suốt thai kỳ thì con của họ thường có điểm đáng chú ý, trí nhớ và thông minh thấp hơn (Streissguth và người khác, 1994).

Trong khi mang thai uống bao nhiêu rượu thì an toàn? Có thể uống rượu được khi mang thai, nhưng các nhà khoa học vẫn chưa xác định ra uống bao nhiêu thì vừa. Tính không xác định này bắt nguồn từ 2 yếu tố. Thứ nhất, người ta phỏng

CHẤT GÂY NGHIỆN TÁC NHÂN GÂY QUÁI THAI VÀ HẬU QUẢ

Chất gây nghiện	Hậu quả tiềm năng
Rượu	Hội chứng thai bệnh do rượu, giảm sút nhận thức, tổn thương tim, phát triển chậm.
Aspirin	Giảm sút trí năng, sự chú ý, và kỹ năng vận động
Caffeine	Sinh thiếu cân, cơ bắp giảm sự rắn chắc
Cocaine và heroin	Chậm phát triển, trẻ sơ sinh cáu kỉnh
Cần sa	Sinh thiếu cân, kiểm soát vận động kém
Nicotine	Chậm phát triển, mặt biến dạng

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một phụ nữ đang mang thai, mỗi sáng uống 1 cốc cà phê, mỗi tối uống một ly rượu vang và nói: "Tôi uống tí cà phê, tí rượu không hai gì đến cháu bé đâu". Bạn nghĩ sao?

đoán uống rượu từ câu trả lời phỏng vấn hoặc bảng câu hỏi của phụ nữ. Những câu này không chính xác, dẫn đến phỏng đoán không đúng về tổn hại đi kèm với rượu. Thứ hai, đối với mọi phụ nữ một lượng rượu uống an toàn có thể không giống như nhau. Căn cứ vào sức khỏe và di truyền, một số phụ nữ có thể uống nhiều rượu hơn người khác nhưng vẫn an toàn.

Những yếu tố này khó đưa ra lời phát biểu chắc chắn về mức độ uống rượu an toàn hoặc sử dụng một chất gây nghiện bất kỳ khác liệt kê trong bảng nói trên. Vì lí do này, cách tốt nhất đối với phụ nữ là nên tránh dùng tất cả chất gây nghiện trong suốt thai kỳ.

➡ *Bệnh tật*

Đôi khi phụ nữ mắc bệnh trong khi mang thai. Hầu hết căn bệnh, chẳng hạn như bệnh cảm và nhiều loại cúm không ảnh hưởng đến thai. Tuy nhiên, một số bệnh nhiễm trùng do vi khuẩn và vi rút rất có hại, được liệt kê trong sơ đồ (bên dưới).

Một số bệnh truyền từ mẹ qua "nhau" để tấn công trực tiếp phôi hoặc thai. AIDS, virus cự bào, bệnh sởi Đức, và bệnh giang mai là ví dụ về các chứng bệnh truyền qua "nhau". Các chứng bệnh khác tấn công trong lúc sinh: virus có trong lớp lót ống sinh và bé bị nhiễm bệnh khi đi qua ống. AIDS và mụn dộp sinh dục là 2 bệnh như thế.

Cách duy nhất để đảm bảo rằng những bệnh này không tổn hại đến sự phát triển trước khi sinh là đối với phụ nữ phải biết chắc mình không nhiễm bệnh, trước hoặc trong khi có mang. Thuốc chỉ điều trị phụ nữ sau khi mắc bệnh nhưng không tránh được chứng bệnh do việc làm thai tổn hại.

➡ *Nguy hiểm từ môi trường*

Như một sản phẩm phụ của đời sống của một thế giới công nghiệp hóa, người ta thường xuyên tiếp xúc với độc tố trong thực phẩm, thức uống và không khí. Hóa chất đi kèm với chất thải công nghiệp là hình thức thường gặp nhất của nhân tố gây quái thai trên cơ sở môi trường. Số lượng thường rất nhỏ, tuy nhiên, đối với chất gây nghiện cho dù số lượng nhỏ cũng gây ra thương tổn nghiêm trọng đối với

BỆNH TẬT GÂY QUÁI THAI VÀ HẬU QUẢ

Bệnh tật	Hậu quả tiềm năng
AIDS	Nhiễm trùng, rối loạn thần kinh thường xuyên, tử vong
Virus cự bào	Lãng tai, mù loà, đầu nhỏ bất thường, giảm thiểu trí năng
Mụn dộp sinh dục	Viêm não, viêm lá lách, đông máu không thích hợp
Bệnh sởi Đức	Giảm thiểu trí năng, thương tổn mắt, tai và tim
Bệnh giang mai	Thương tổn hệ thần kinh trung ương, răng, và xương

TÁC NHÂN GÂY QUÁI THAI TỪ MÔI TRƯỜNG VÀ HẬU QUẢ

Nguy hiểm	Hậu quả tiềm năng
Chì	Giảm thiểu trí năng
Thủy ngân	Chậm phát triển, giảm thiểu trí năng, liệt não
PCB	Giảm sút kỹ năng diễn đạt bằng lời và trí nhớ
Tia X	Chậm phát triển, bệnh bạch cầu, giảm thiểu trí năng

thai. Một số nguy hiểm từ môi trường được gọi là tác nhân gây quái thai liệt kê trong bảng (bên trên).

Bạn nhận thấy rằng mặc dù tia X được bao gồm trong bảng, nhưng sự phóng xạ không có ở màn hình máy tính hoặc thiết bị đầu cuối hiển thị video (VDT). Một số nghiên cứu quan trọng khảo sát tác động của sự tiếp xúc với trường điện từ do VDT tạo ra. Chẳng hạn, Schnorr và đồng nghiệp (1991) so sánh kết quả mang thai ở điện thoại viên tổng đài thường làm việc với VDT ít nhất 25 tiếng mỗi tuần với số nhân viên tổng đài không hề sử dụng VDT. Đối với cả hai nhóm phụ nữ khoảng 15% sự mang thai của họ chấm dứt bằng sẩy thai. Ngoài ra, các nghiên cứu khác không tìm thấy sự liên hệ giữa tiếp xúc với VDT và khuyết tật khi sinh (Parazzini và người khác, 1991). Rõ ràng, thai phụ sử dụng VDT không hề phương hại.

Trong phần Nghiên cứu nổi bật chúng ta nghiên cứu chi tiết một trong những tác nhân gây quái thai từ môi trường.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: SỰ PHÁT TRIỂN TÂM THẦN VÀ ĐỘC TỐ CÔNG NGHIỆP

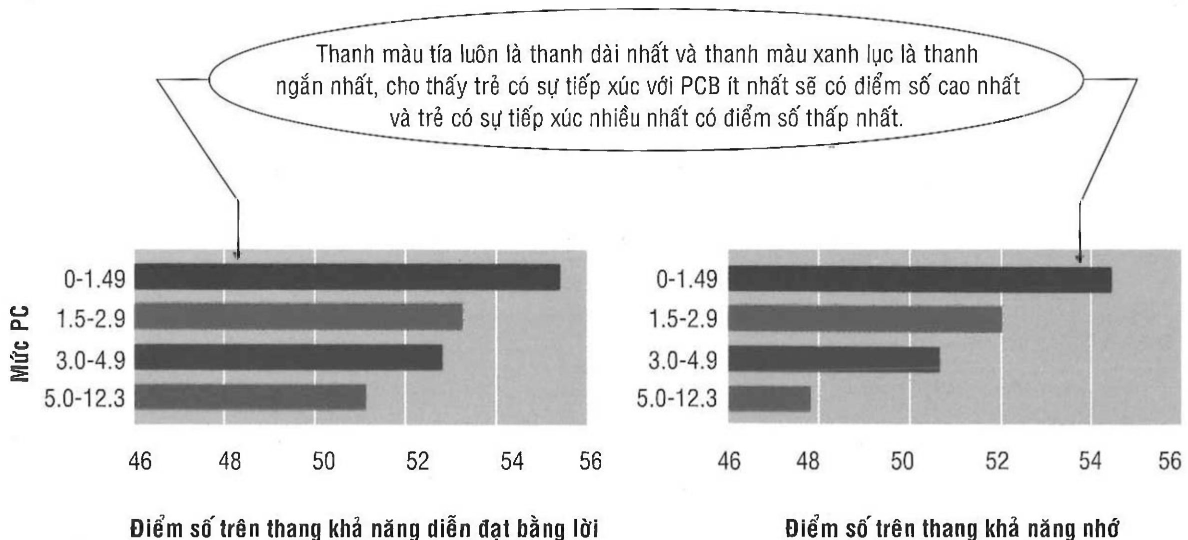


Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Trong nhiều năm người ta sử dụng polychlorinated biphenyls (PCB) trong máy biến thế và trong hội họa. Chính phủ Mỹ cấm sử dụng PCB trong thập niên 1970, tuy nhiên, giống như nhiều sản phẩm phụ trong công nghiệp, người ta thải chúng vào hệ thống thoát nước, khiến cá và động vật hoang dã bị nhiễm độc. Số lượng PCB trong cá bị nhiễm độc thông thường không ảnh hưởng đến người lớn nhưng Joseph Jacobson, Sandra Jacobson, và Harold Humphrey (1990) muốn xác định liệu mức độ tiếp xúc này có độc hại đối với sự phát triển của thai trước khi sinh hay không? Nói chung, họ biết từ công trình trước đây rằng sự tiếp xúc với PCB trước khi sinh ảnh hưởng đến kỹ năng nhận thức của trẻ, họ hy vọng xác định liệu kỹ năng nhận thức của trẻ trước độ tuổi đến trường có bị ảnh hưởng tương tự hay không?

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Jacobson cùng đồng nghiệp cần đánh giá cả kỹ năng nhận thức lẫn sự tiếp xúc với PCB trước khi sinh. Để đánh giá kỹ năng nhận thức, họ sử dụng trắc nghiệm chuẩn hóa, Thang McCarthy đánh giá khả năng của trẻ. Trắc nghiệm này đánh giá khả năng của trẻ trong năm lĩnh vực: khả năng diễn đạt bằng lời, nhận thức, số lượng, trí nhớ và vận động. Để xác định sự tiếp xúc với PCB trước khi sinh, họ đo nồng độ PCB trong (a) máu lấy từ cuống rốn và (b) đối với các bà mẹ đang nuôi con bằng sữa mẹ, lấy mẫu sữa mẹ.

Trẻ con trong nghiên cứu là ai? Mẫu bao gồm 236 đứa trẻ sinh ở Tây Michigan trong 1980 – 1981. Vùng này được chọn vì vào lúc ấy hồ Michigan có nhiều cá hồi bị nhiễm bệnh.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu này là nghiên cứu tương quan vì các nhà điều tra quan tâm đến quan hệ hiện có tự nhiên giữa 2 biến số: tiếp xúc với PCB và kỹ năng nhận thức. Nghiên cứu



là nghiên cứu theo chiều dọc vì đứa trẻ được kiểm tra 2 lần: sự tiếp xúc với PCB được đánh giá ngay lập tức sau khi sinh và kỹ năng nhận thức của đứa trẻ được đánh giá lúc 4 tuổi.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Đứa trẻ tiếp xúc với PCB tự nhiên trước khi bắt đầu nghiên cứu. (rõ ràng, không mang tinh đạo đức khi tiến hành nghiên cứu thực nghiệm trong đó Jacobson và đồng nghiệp cố ý yêu cầu thai phụ ăn cá nhiễm bệnh). Các nhà điều tra xin phép bố mẹ cho con cái tham gia.

Kết quả ra sao? Đối với một số công việc, sự tiếp xúc với PCB không ảnh hưởng đến hoạt động. Sự tiếp xúc PCB không liên quan với việc hoạt động nhận thức, số lượng và vận động trong thang trắc nghiệm McCarthy. Nghĩa là trẻ có mức độ tiếp xúc với PCB cao chắc chắn có điểm cao trong những trắc nghiệm này giống như trẻ có mức độ tiếp xúc PCB thấp. Tuy nhiên, tiếp xúc PCB không ảnh hưởng đến điểm số trong thang điểm diễn đạt bằng lời và trí nhớ. Nhìn vào sơ đồ (bên trên), bạn có thể đoán rằng điểm số diễn đạt bằng lời và trí nhớ là cao nhất dành người trước khi sinh tiếp xúc với PCB ít nhất, và thấp nhất đối với số trẻ 4 tuổi có sự tiếp xúc trước khi sinh cao nhất. Nói cách khác, khi sự tiếp xúc với PCB trước khi sinh tăng thì kỹ năng diện đạt bằng lời và trí nhớ giảm.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Tiếp xúc với PCB trước khi sinh gây phương hại đến ít nhất hai khía cạnh phát triển nhận thức – kỹ năng diễn đạt bằng lời và trí nhớ. Điểm số của đứa trẻ trong dải thông thường. Tuy nhiên, vì kỹ năng diễn đạt bằng lời và trí nhớ của chúng sút giảm, nên những đứa trẻ này có lẽ gặp trở ngại trong trường học, chẳng hạn như học đọc.

Tác nhân gây quái thai trong môi trường không thể tin được vì người ta không biết được sự có mặt của chúng trong môi trường. Phụ nữ trong nghiên cứu của Jacobson, Jacobson, và Humphrey (1990), chẳng hạn, không biết rằng mình đang ăn cá nhiễm PCB. Khả năng không thể nhìn thấy này làm cho một thai phụ cảm thấy khó tự bảo vệ mình trước các tác nhân gây quái thai trong môi trường hơn. Lời khuyên tốt nhất dành cho thai phụ là nên đặc biệt cẩn trọng đối với thức ăn và không khí. Tránh thức ăn đóng hộp, thường chứa nhiều chất phụ gia hóa học. Nên chắc chắn rằng tất cả thức ăn phải được loại trừ hoàn toàn thuốc trừ sâu. Nên tránh xa không khí bị các sản phẩm gia dụng làm ch ô nhiễm chẳng hạn như chất tẩy rửa, thiết bị cạo bỏ sơn và phân bón. Phụ nữ làm những công việc chẳng hạn như dọn dẹp nhà hoặc uốn tóc phải thường xuyên tiếp xúc với các tác nhân tiềm năng gây quái thai nên chuyển sang

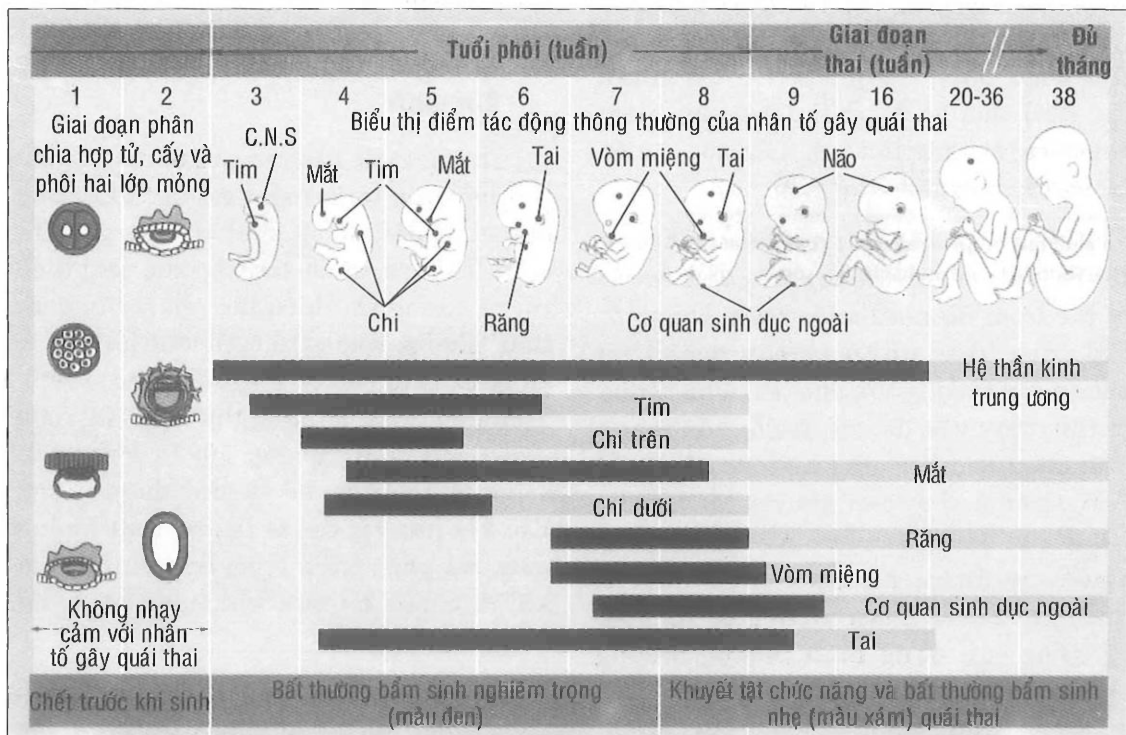
dùng các hóa chất ít mạnh hơn. Họ nên mang găng tay bảo hộ, mang tạp dề và đeo mặt nạ để giảm bớt sự tiếp xúc với tác nhân gây quái thai tiềm năng. Sau cùng, vì tác nhân gây quái thai trong môi trường ngày càng nhiều, nên hỏi thăm ở nhà cung cấp dịch vụ y tế để biết nên tránh sử dụng các chất gì.

NHÂN TỐ GÂY QUÁI THAI ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỰ PHÁT TRIỂN TRƯỚC KHI SINH NHƯ THẾ NÀO

Bằng cách kết hợp tất cả chứng cứ về tác hại do chất gây nghiện, bệnh tật và nguy hiểm từ môi trường, các nhà khoa học nhận dạng bốn nguyên tắc chung quan trọng về nhân tố gây quái thai (Hogge, 1990; Vorhees & Mollnow, 1987).

1. *Tác động của nhân tố gây quái thai tùy thuộc vào kiểu gien của cơ thể sống.* Một chất có thể độc hại đối với một chủng loài này nhưng không độc hại đối với chủng loài khác. Để xác định tính an toàn, thalidomide được kiểm tra ở chuột và thỏ có mang, và con cháu của chúng đều có tứ chi bình thường. Tuy nhiên, khi thai phụ dùng cùng một loại chất gây nghiện với liều có thể so sánh thì sinh con có tứ chi biến dạng. Ngoài ra, một số phụ nữ dùng thalidomide sinh con bình thường trong khi người khác cũng dùng thalidomide với liều có thể so sánh trong thai kỳ thì lại sinh con có tay chân biến dạng. Rõ ràng, di truyền khiến cho một số cá thể nhạy cảm với tác nhân gây quái thai nhiều hơn người khác.

2. *Tác động của nhân tố gây quái thai thay đổi trong suốt quá trình phát triển trước khi sinh.* Việc định thời điểm tiếp xúc với tác nhân gây quái thai rất quan trọng. Nhân tố gây quái thai thường có nhiều ảnh hưởng khác nhau trong ba giai đoạn phát triển trước khi sinh. Sơ đồ (bên dưới) biểu thị hậu quả của nhân tố gây quái thai khác nhau đối với các giai đoạn hợp tử, phôi và thai. Trong giai đoạn hợp



tử, tiếp xúc với nhân tố gây quái thai thường tạo ra sự sẩy thai tự phát của trứng thụ tinh. Trong giai đoạn phôi, tiếp xúc với nhân tố gây quái thai tạo ra nhiều khuyết tật quan trọng trong cấu trúc cơ thể. Chẳng hạn, phụ nữ dùng thalidomide trong giai đoạn phôi sinh con thiếu chi hoặc biến dạng. Phụ nữ bị bệnh sởi Đức trong giai đoạn phôi sinh con bị khuyết tật ở tim. Trong giai đoạn thai, tiếp xúc với tác nhân gây quái thai tạo ra khuyết tật nhỏ trong cấu trúc cơ thể hoặc làm cho hệ thống cơ thể hoạt động không đúng chức năng. Chẳng hạn, khi phụ nữ uống nhiều rượu trong giai đoạn này, thai phát triển tế bào não ít hơn.

Thậm chí trong các giai đoạn khác nhau trong sự phát triển trước khi sinh, việc phát triển các bộ phận và hệ thống cơ thể dễ bị tổn thương trong một số thời điểm này hơn một số thời điểm khác. Vùng tô bóng màu đỏ trong sơ đồ biểu thị thời điểm dễ bị thương tổn nhất, vùng tô bóng vàng cam biểu thị thời điểm cơ thể sống đang phát triển ít bị thương tổn nhất. Chẳng hạn, tim rất nhạy cảm với tác nhân gây quái thai trong nửa đầu giai đoạn phôi. Tiếp xúc với tác nhân gây quái thai trước thời điểm này hiếm khi tạo ra thương tổn tim, tiếp xúc sau đó tạo ra thương tổn nhẹ hơn.

3. *Mỗi nhân tố gây quái thai ảnh hưởng đến một khía cạnh (hoặc nhiều khía cạnh) cụ thể trong sự phát triển trước khi sinh.* Nói cách khác,nhân tố gây quái thai không gây thương tổn cho tất cả hệ thống cơ thể, thay vào đó, sự thương tổn mang tính chọn lọc. Khi phụ nữ mắc bệnh sởi Đức, thường sinh con khuyết tật ở mắt, tai và tim nhưng tứ chi bình thường. Khi người mẹ ăn cá nhiễm PCB, sinh con thường có các bộ phận cơ thể bình thường, kỹ năng vận động bình thường, nhưng kỹ năng diễn đạt bằng lời và trí nhớ thì dưới mức trung bình.

4. *Thương tổn do tác nhân gây quái thai không phải lúc nào cũng thấy rõ ngay khi sinh mà có thể xuất hiện sau này.* Trong trường hợp tứ chi biến dạng hoặc bé sinh ra đã nghiện chất cocaine, thì ảnh hưởng của tác nhân gây quái thai thấy rõ ngay lập tức. Tuy nhiên, đôi khi thương tổn do tác nhân gây quái thai thấy rõ khi trẻ phát triển. Chẳng hạn, khi phụ nữ ăn cá nhiễm PCB, khi sinh con bình thường. Kỹ năng nhận thức dưới mức trung bình của trẻ chỉ thấy rõ vài tháng sau khi sinh.

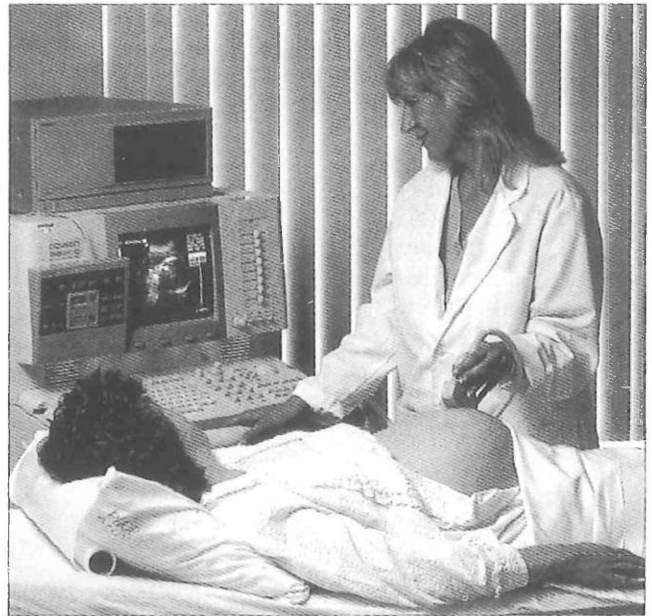
Một minh họa ấn tượng hơn về tác động sau này của tác nhân gây quái thai liên quan đến dùng chất diethylstilbestrol (DES). Từ năm 1947 đến 1971, nhiều thai phụ dùng DES để tránh bị sẩy thai. Họ sinh con bình thường. Tuy nhiên, khi trưởng thành, con gái của số phụ nữ uống DES mắc bệnh ung thư âm đạo nhiều hơn và khó có thai. Con trai của số phụ nữ uống DES có tinh dịch bất thường và nguy cơ bệnh ung thư tinh hoàn (Meyers, 1983). Đây là trường hợp trong đó tác động của tác nhân gây quái thai không thấy rõ cho đến vài chục năm sau.

➡ Thế giới thật của sự rủi ro trước khi sinh

Chúng ta đề cập các yếu tố rủi ro, như thể mỗi yếu tố là mối đe dọa tiềm năng duy nhất đối với sự phát triển trước khi sinh. Thật ra, nhiều trẻ tiếp xúc với nhiều rủi ro chung và nhiều tác nhân gây quái thai. Thai phụ uống rượu thường hút thuốc và uống cafe (Barr và người khác, 1990). Thai phụ bị căng thẳng thường uống rượu (Giberson & Weinberg, 1992). Phần lớn số phụ nữ này có chế độ dinh dưỡng kém. Khi kết hợp tất cả các rủi ro, thật không may, sự phát triển trước khi sinh hiếm khi đạt mức tối ưu (Schneider và người khác, 1997).

Từ những điều chúng ta vừa đề cập trong phần này, bạn nghĩ rằng trẻ đang

phát triển có ít khả năng tránh khỏi tổn thương. Nhưng hầu hết trẻ sinh ra đều có sức khỏe tốt. Dĩ nhiên, lời khuyên dành cho thai phụ là phải tránh bệnh tật, chất gây nghiện và nguy hiểm từ môi trường vốn là tác nhân gây quái thai thấy rõ. Lời khuyên này cùng với sự chăm sóc y tế trước khi sinh và chế độ dinh dưỡng phù hợp là công thức tốt nhất đối với sự phát triển trước khi sinh thông thường.



CHẨN ĐOÁN VÀ ĐIỀU TRỊ TRƯỚC KHI SINH

"Tôi không quan tâm đến con trai hoặc con gái miễn là chúng khoẻ mạnh là đủ". Rất nhiều phụ huynh khắp thế giới đều có suy nghĩ này, nhưng cho đến thời gian gần đây, tất cả những gì họ có thể làm là hy vọng có được điều tốt nhất. Tuy nhiên, ngày nay, tiến bộ trong công nghệ có nghĩa là bố mẹ có quan điểm tốt hơn nhiều, họ muốn con mình có phát triển bình thường hay không.

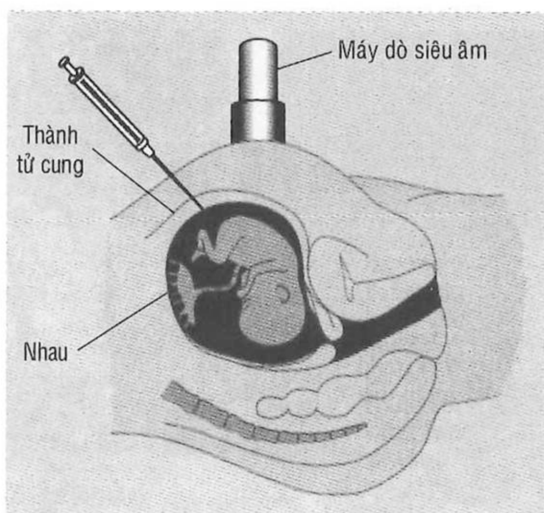
Tư vấn gien

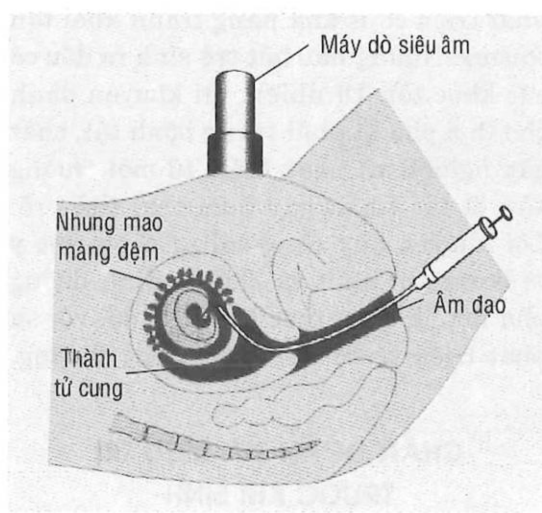
Bước đầu trong việc quyết định liệu con của cặp vợ chồng có khả năng bị rủi ro hay không là tư vấn gien. Nhân viên tư vấn hỏi về tiền sử bệnh trong gia đình và lập ra một cây phả hệ cho mỗi bố mẹ để đánh giá tỷ lệ trẻ có bị rối loạn hay không. Nếu cây phả hệ cho thấy một bố mẹ có thể là vật mang rối loạn thì xét nghiệm máu có thể xác định kiểu gien của bố mẹ. Với thông tin này, nhân viên tư vấn gien sẽ tư vấn chọn lựa cho bố mẹ tương lai. Một cặp vợ chồng chỉ đơn giản có con theo cách "tự nhiên" hoặc họ quyết định sử dụng tinh trùng hoặc trứng của người khác. Tuy nhiên chọn lựa khác có thể là nuôi con nuôi.

Chẩn đoán trước khi sinh

Sau khi phụ nữ có mang, làm cách nào chúng ta biết được liệu sự phát triển trước khi sinh có phát triển bình thường hay không? Theo truyền thống, bác sĩ sản khoa theo dõi diễn tiến sự phát triển trước khi sinh bằng việc sờ mó bên ngoài bụng thai phụ rồi đoán chừng kích thước và vị trí của thai đang ở trong bụng thai phụ. Kỹ thuật này không chính xác, dĩ nhiên không thể tiến hành cho đến khi thai đủ lớn. Tuy nhiên, ngày nay một số kỹ thuật mới đã tạo ra cuộc cách mạng đối với khả năng giám sát sự tăng trưởng và phát triển trước khi sinh. *Một phần tiêu chuẩn trong chăm sóc trước khi sinh ở Mỹ là* siêu âm, *trong đó sóng siêu âm được dùng để tạo ra hình thai.* Trong quá trình này, như trong ảnh (bên trên), một công cụ có kích thước bằng máy sấy tóc xoa bên ngoài bụng thai phụ, hình ảnh hiện ra trên màn hình TV kế bên. Hình ảnh được tạo ra chỉ mang chất lượng chân dung, có nhiều hạt và chỉ có chuyên gia mới phân biệt được. Tuy nhiên, bố mẹ thường hồi hộp khi nhìn thấy con và thấy trẻ cử động.

Người ta thường siêu âm sau khi thụ thai 4 hoặc 5 tuần, trước thời điểm như thế này phôi chưa đủ lớn để tạo ra hình





ảnh cho biết được. Hình ảnh siêu âm rất có ích cho việc xác định vị trí thai trong tử cung, và xác định giới tính sau khi thụ thai 16 đến 20 tuần tuổi. Siêu âm cũng phát hiện ra trẻ sinh đôi hoặc sinh ba. Sau cùng, siêu âm dùng để nhận dạng biến dạng cơ thể chẳng hạn như sự phát triển bất thường của phần đầu.

Trong thai kỳ nghi ngờ có rối loạn gien, hai kỹ thuật khác đặc biệt có giá trị vì chúng cung cấp một mẫu tế bào thai có thể phân tích được. *Trong* phương pháp chọc màng ối qua bụng, *người ta luồn kim vào bụng người mẹ để lấy mẫu nước ối bao quanh thai.* Bạn có thể nhìn thấy trong sơ đồ (bên trái trên), siêu âm dùng để hướng dẫn kim trong tử cung. Chất dịch chứa tế bào da có thể phát triển trong một đĩa thí nghiệm rồi sau đó được phân tích để xác định kiểu gien của thai.

Một hạn chế của phương pháp chọc màng ối qua bụng là mặc dù nước ối được trích lấy vào khoảng 16 tuần sau khi thụ thai, phải thêm 3 tuần nữa để cho tế bào phát triển đầy đủ mới xét nghiệm được. *Có thể áp dụng quá trình sớm hơn trong thai kỳ là* lấy mẫu nhung mao màng đệm *trong đó lấy mẫu mô từ phần "nhau".* Sơ đồ (bên phải trên) cho thấy một ống nhỏ đưa vào âm đạo và tử cung dùng để lấy một mẫu tế bào nhỏ trong "nhau". Quá trình này có thể áp dụng trong 8 hoặc 9 tuần sau khi thụ thai, thu được kết quả trong vòng 24 tiếng.

Với các mẫu lấy được từ phương pháp chọc màng ối qua bụng hoặc lấy mẫu nhung mao màng đệm, có thể phát hiện khoảng 200 rối loạn gien khác nhau kể cả hội chứng Down. Những quá trình này hầu như không có sai sót nhưng phải trả giá: sau khi chọc màng ối qua bụng hoặc lấy mẫu nhung mao màng đệm, tỷ lệ sẩy thai có nhiều khả năng xảy ra hơn, 1 hoặc 2% (Cunningham, MacDonald, & Gant, 1989). Phụ nữ phải quyết định có nên lấy thông tin từ chọc màng ối qua bụng hoặc lấy mẫu nhung mao màng đệm hay không để tránh nguy cơ có thể bị sẩy thai cho dù không cao.

➡ *Điều trị thai*

Siêu âm, chọc màng ối qua bụng và lấy mẫu nhung mao màng đệm rất dễ xác định liệu sự phát triển trước khi sinh có diễn tiến bình thường hay không. Nhưng điều gì xảy ra khi sự phát triển không bình thường? Theo truyền thống, tùy chọn của phụ nữ rất hạn chế: có thể tiếp tục dưỡng thai hoặc phá thai. Tuy

nhiên, danh sách tuỳ chọn đang mở rộng. *Một lĩnh vực hoàn toàn mới gọi là* điều trị thai *liên quan đến việc điều trị các vấn đề trước khi sinh của thai.* Một tiếp cận trong điều trị thai là phải điều trị các rối loạn bằng y học, bằng cách tiêm thuốc hoặc nội tiết tố vào thai. Trong một trường hợp, hình ảnh siêu âm thể hiện thai có tuyến giáp to khiến thai phụ sinh khó. Người tiêm một nội tiết tố vào nước ối làm cho tuyến giáp thu nhỏ để thai phụ sinh bình thường (Davidson và người khác, 1991). Trong trường hợp khác, chọc màng ối qua bụng phát hiện thai bị di truyền một rối loạn trong đó hệ miễn dịch không hoạt động đúng. Điều này làm cho bé dễ bị nhiễm trùng, vì thế tế bào miễn dịch khoẻ mạnh được tiêm vào cuống rốn (Elmer-DeWitt, 1994).

Một tiếp cận khác là phẫu thuật thai. Bác sĩ cắt bỏ thai ra khỏi tử cung từng phần, thực hiện phẫu thuật điều chỉnh rồi sau đó đưa thai vào lại tử cung. Ví dụ điều chỉnh cơ hoành, tách biệt phổi với các cơ quan khác trong bụng. Nếu cơ hoành không phát triển bình thường thì bé thường chết lúc sinh ra vì không thể thở được. Để điều chỉnh cơ hoành bất thường, trong tháng thứ 7 hay 8 của thai kỳ, bác sĩ phẫu thuật cắt thành bụng của người mẹ để lấy thai, sau đó qua thành bụng của thai, điều chỉnh cơ hoành và đưa thai trở vào tử cung (Kolata, 1990). Phẫu thuật cũng được dùng để điều chỉnh một số khuyết tật ở tim và bí đường tiểu (Ohlendorf-Moffat, 1992).

Tuy nhiên một tiếp cận khác là kỹ thuật gien trong đó gien khuyết tật được thay thế bằng gien tổng hợp bình thường. Hãy lấy PKU làm minh họa. Nên nhớ rằng nếu đứa bé thừa hưởng gien tương ứng lặn đối với PKU từ cả hai bố mẹ, thì độc tố làm tăng khả năng giảm thiểu trí năng. Theo lý thuyết, có thể lấy mẫu tế bào từ thai, cắt bỏ gien lặn và thay bằng gien trội. Những tế bào "được điều chỉnh" này sau đó được đưa vào thai, ở đây tế bào sẽ sinh sôi nảy nở và tạo ra đủ enzyme để phân hủy phenylalanine, vì thế tránh được PKU (Verma, 1990).

Việc áp dụng quan điểm này vào thực tế rất khó, có nhiều vấn đề cần phải giải quyết (Marshall, 1995). Tuy nhiên, liệu pháp gien thành công trong một vài trường hợp. Trong một trường hợp, một bé gái trước độ tuổi đi học bị bệnh di truyền ở hệ miễn dịch khiến cô bé không đề kháng được, dễ bị nhiễm trùng. Bác sĩ cắt bỏ một số tế bào của bé gái và cấy gien miễn dịch vào đấy. Sau đó tế bào được tiêm vào mạch máu cô bé giúp cô tránh bị nhiễm trùng.

Những kỹ thuật này mang tính thí nghiệm nên thường gặp thất bại. Tuy nhiên, lĩnh vực y học này đang tiến bộ rất nhanh, và điều trị trước khi sinh sẽ phổ biến hơn trong thế kỷ 21.

Trả lời các câu hỏi của Chloe. Lúc này bạn có thể trở lại các câu hỏi của Chloe trong phần minh họa đầu phần này (trang 89) và trả lời giúp cô. Nếu bạn không chắc chắn, hãy đọc các trang sau trong chương này để tìm câu trả lời:

- Về màn hình máy tính – trang 93
- Về uống rượu ban đêm – trang 91
- Về sinh con bị giảm thiểu trí năng – trang 98

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy tưởng tượng bạn 42 tuổi, đang có mang. Bạn có muốn chọc màng ối qua bụng và lấy mẫu nhung mao màng đệm để xác định kiểu gien của thai hay không? Tại sao muốn hoặc tại sao không?

TỰ KIỂM TRA

1. Yếu tố rủi ro chung bao gồm độ tuổi bố mẹ, ______, và stress ở người mẹ.
2. ______ là một số tác nhân gây quái thai nguy hiểm nhất vì thai phụ thường không biết sự có mặt của chúng.
3. Trong giai đoạn hợp tử, tiếp xúc với tác nhân gây quái thai thường dẫn đến ______.
4. Hai kỹ thuật dùng để xác định liệu thai có rối loạn di truyền hay không là chọc màng ối qua bụng và ______.
5. Hãy chọn 3 tác nhân gây quái thai từ các tác nhân gây quái thai được mô tả ở trang 90 – 95: một tượng trưng ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi qui phạm đối với sự phát triển, một tượng trưng ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử qui phạm, một tượng trưng ảnh hưởng không qui phạm.

Trả lời: (1) chế độ dinh dưỡng của thai phụ, (2) nguy hiểm từ môi trường, (3) sẩy thai tự phát của trứng đã thụ tinh, (4) lấy mẫu nhung mao màng đệm

ĐAU ĐẺ VÀ SINH CON

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các giai đoạn đẻ và sổ nhau khác nhau là gì?**
- **Cách giải quyết đau đẻ "tự nhiên" là gì? Sinh con ở nhà có an toàn không?**
- **Một số biến chứng nào có thể xảy ra trong khi sinh?**

Đau đẻ và sinh con

Các giai đoạn đau đẻ

Tiếp cận sự sinh con

Các biến chứng khi sinh

Tỉ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh

M**ARLEA** *sắp bắt đầu học lớp dành cho các bà mẹ chuẩn bị sinh con. Cô thấy nhẹ người khi sau cùng lớp học cũng mở được vì điều này có nghĩa thời kỳ mang thai của mình sắp kết thúc. Nhưng tất cả câu chuyện cô nghe nói về "bài tập thở" và "huấn luyện viên" đối với cô có vẻ khá ngớ ngẩn. Marlea chỉ thích không biết gì trong lúc sinh và tỉnh dậy thì mọi việc đã đâu vào đấy.*

Đối với phụ nữ như Marlea ở cuối giai đoạn thai kỳ, họ nhận thấy rất khó ngủ và khó thở, mau mệt, bị táo bón, chân và bàn chân sưng vù. Phụ nữ trông cho đến ngày sinh, để mất đi sự khó chịu và dĩ nhiên để thấy mặt con mình. Trong phần này, bạn sẽ hiểu được các bước khác nhau trong khi sinh, ôn lại các tiếp cận khác nhau khi sinh con và nghiên cứu vấn đề có thể phát sinh. Đồng thời, chúng ta tìm hiểu các lớp giống như lớp Marlea tham dự và bài tập cô đã học.

CÁC GIAI ĐOẠN ĐAU ĐẺ

Đau đẻ là tên gọi sự sinh con, vốn là một nỗ lực căng thẳng và kéo dài nhất của cơ thể mà con người phải trải qua. Đau đẻ thường chia thành 3 giai đoạn trong sơ đồ (trang 101).



- Trong giai đoạn 1, kéo dài từ 12 đến 24 tiếng đối với lần sinh con so, tử cung bắt đầu co thắt. Sự co thắt đầu tiên yếu và không đều. Dần dần, co thắt mạnh hơn, có nhịp điệu hơn, mở rộng cổ tử cung (đường thông từ tử cung đến âm đạo) khoảng 10 cm.
- Trong giai đoạn 2, bé đi qua cổ tử cung vào trong âm đạo. Người mẹ đẩy bé đi dọc theo âm đạo bằng cách co thắt cơ bụng. *Ngay sau khi thấy phần đầu của bé, một sự kiện gọi là* chóp đầu xuất hiện. Bé được sinh ra trong vòng 1 tiếng.
- Trong giai đoạn 3, kéo dài chỉ 1 phút, người mẹ rặn thêm 1 vài lần nữa để sổ nhau.

Thời gian trong mỗi giai đoạn chỉ phỏng chừng, thời gian thực tế ở mỗi phụ nữ mỗi khác. Đối với hầu hết phụ nữ, đau đẻ khi sinh con thứ 2 và con rạ nhanh hơn nhiều. Giai đoạn 1 kéo dài 4 – 6 tiếng, giai đoạn 2 ngắn trong vòng 20 phút.

TIẾP CẬN SỰ SINH CON

Khi các tác giả quyển sách này ra đời vào thập niên 1950, phụ nữ trong giai đoạn đau đẻ phải nhập viện và được gây mê. Các ông bố lo lắng chờ đợi ở phòng kế bên để chờ tin. Tuy nhiên, từ thập niên 1960, nhiều người cố gắng tiếp cận sự sinh nở "tự nhiên" hoặc chuẩn bị nhiều hơn trong đó đau đẻ và sổ nhau được xem là các sự kiện quan trọng trong đời, chứ không phải quá trình phải chịu đựng. Tiếp cận chuẩn bị sinh nở bao gồm nhiều yếu tố, nhưng một trong những điểm cơ bản là suy nghĩ cho rằng sinh nở không có vấn đề và đáng được tưởng thưởng khi các ông bố, bà mẹ hiểu rõ điều gì đang diễn ra trong khi mang thai, đau đẻ và sổ nhau. Do đó, sinh đẻ có chuẩn bị có nghĩa là phải tham dự các lớp học trong đó cá nhân học những điều cơ bản về mang thai và sinh con (không phải không giống nội dung trình bày trong chương này).

Các lớp sinh con cũng dành nhiều thời gian để hướng dẫn phụ nữ cách giải quyết khi đau đẻ. Người ta khuyên nên áp dụng phương pháp tự nhiên để giảm đau hơn là dùng thuốc. Tại sao? Gây mê tổng quát (làm cho phụ nữ bất tỉnh) hoặc gây mê cục bộ (làm nửa thân dưới tê cóng) ngăn không cho phụ nữ dùng cơ bụng để giúp đẩy bé đi qua đường sinh. Không có động tác đẩy này, bác sĩ sản khoa đôi khi phải dùng đến các công cụ cơ học để kéo bé qua đường sinh, tạo rủi ro đối với bé (Johanson và người khác, 1993). Thuốc làm giảm đau sẽ thấm vào nhau ảnh hưởng đến bé. Do đó, khi phụ nữ uống thuốc giảm đau liều lớn thì đứa con sinh ra con thường lãnh đạm hoặc cáu kỉnh trong nhiều ngày hay thậm chí cả tuần (Brazelton, Nugent, & Lester, 1987; Emory, ScWackman, & Fiano, 1996). Những ảnh hưởng này

mang tính nhất thời, Tuy nhiên, chúng làm cho bà mẹ có ấn tượng rằng mình sinh con khó tính. Những vấn đề này làm cho việc bớt uống thuốc giảm đau trong khi sinh trở nên quan trọng.

Các lớp dành cho bà mẹ chuẩn bị sinh con nhấn mạnh 3 chiến lược liên quan để khắc phục đau đẻ không phải dùng thuốc. Một chiến lược dựa trên thực tế cơn đau thường cảm thấy nặng hơn khi người ta căng thẳng. Do đó, thai phụ học cách thư giãn trong khi đau đẻ, chẳng hạn như kỹ thuật thở sâu. Tiếp cận thứ 2 bao gồm tưởng tượng hình ảnh. Bất kỳ khi nào bắt đầu cảm thấy đau trong khi đau đẻ, thai phụ nên nghĩ đến hình ảnh này thay vì nghĩ đến cơn đau. Một yếu tố thứ 3 là "huấn luyện viên" hỗ trợ. Ông bố tương lai, người thân hoặc bạn thân tham dự lớp dành cho bà mẹ chuẩn bị sinh con cùng với bà mẹ tương lai. Huấn luyện viên học kỹ thuật đối phó cơn đau, giống như người đàn ông trong ảnh (bên dưới), thực hành kỹ thuật ở thai phụ. Trong khi đau đẻ và sổ nhau, huấn luyện viên giúp thai phụ sử dụng những kỹ thuật này, cũng như hỗ trợ và động viên.



Mặc dù Marlea, thai phụ trong minh họa tỏ ý không tin các lớp này, nhưng nghiên cứu cho thấy rất có ích (Hetherington, 1990). Mặc dù hầu hết các bà mẹ tham gia lớp học uống thuốc giảm đau nhưng họ thường uống ít hơn các bà mẹ không tham gia lớp học. bà mẹ và ông bố tham gia lớp học có suy nghĩ tích cực hơn đối với đau đẻ và sinh con so với ông bố và bà mẹ không tham gia lớp học.

Một yếu tố khác của khuynh hướng sinh con tự nhiên là quan điểm cho rằng sinh con không cần phải vào bệnh viện. Hầu như tất cả em bé ở Mỹ đều sinh ở bệnh viện – chỉ 1% sinh ở nhà. Tuy nhiên, sinh con ở nhà là chuyện thông thường ở châu Âu. Ở Hà Lan chẳng hạn khoảng 1/3 trẻ sơ sinh sinh ở nhà. Người ta cho rằng sinh ở nhà ít tốn kém hơn, hầu hết phụ nữ cảm thấy dễ chịu hơn khi đau đẻ ở nhà. Người ta cũng nêu rõ nhiều phụ nữ muốn có sự tự chủ nhiều hơn đối với đau đẻ và sinh con khi sinh ở nhà. Một chuyên gia chăm sóc y tế có mặt tại nhà trong khi đau đẻ và sổ nhau. Đôi khi mời bác sĩ nhưng người ta thường mời bà đỡ đã qua trường lớp như trong ảnh (trang 103).

Đối với người Mỹ đã quen với việc sinh con trong bệnh viện, thì việc sinh con ở nhà trông có vẻ quá rủi ro. Sinh con ở nhà có an toàn không? Có, nhưng phải thật thận trọng. Trẻ sinh ở nhà gặp vấn đề khi sinh cũng giống như trẻ sinh ở bệnh viện, nhưng chỉ khi nào người mẹ khỏe mạnh, lúc mang thai không có vấn đề, thì đau đẻ và sổ nhau mới được xem là an toàn, và phải có nhân viên chăm sóc y tế phụ giúp (Rooks và người khác, 1989). Nếu có lý do bất kỳ để nghĩ rằng đau đẻ và sổ nhau gặp rắc rối cần phải có sự giúp đỡ của nhân viên y tế thì nên sinh con ở bệnh viện chứ không nên sinh ở nhà.

Phụ nữ Mỹ do dự khi sinh con ở nhà có thể chuyển sang các trung tâm bảo



sanh. Những trung tâm này thường là của tư nhân không dính dáng với bệnh viện. Một phụ nữ, huấn luyện, và các thành viên khác trong gia đình cùng bạn bè được phân công phụ trách một phòng sinh thường được trang trí giống như ở nhà. Một bác sĩ hoặc bà đỡ kiêm điều dưỡng hỗ trợ lúc đau đẻ và sổ nhau, diễn ra hoàn toàn trong phòng sinh, nơi đây tất cả mọi người có thể quan sát. Giống như sinh con ở nhà, trung tâm bảo sanh là nơi tốt nhất cho việc sinh nở không gặp rắc rối.

CÁC BIẾN CHỨNG KHI SINH

Sinh nở đòi hỏi trẻ sơ sinh phải nhanh chóng thích nghi với môi trường mới ngoài tử cung ra. Thở là điều quan trọng nhất trong nhiều thay đổi mà trẻ sơ sinh thường gặp. Trong khoảnh khắc sau khi sinh, trẻ sơ sinh phải lấy oxy từ phổi của chính mình thay vì lấy từ máu do mẹ cung cấp qua nhau. *Nếu dây rốn nối bé với nhau bị kẹp hay rối trong khi sinh hoặc nếu phổi của trẻ sơ sinh không phản ứng tốt thì kết quả là* thiếu oxy. Thiếu oxy, tế bào bắt đầu chết, nhất là tế bào não. Thiếu oxy nghiêm trọng gây ra giảm thiểu trí năng và liệt não (Apgar & Beck, 1974).

Vấn đề cũng phát sinh khi bé sinh ra quá sớm hoặc quá nhỏ. Thông thường, bé phải phát triển 38 tuần trước khi ra đời. *Bé sinh ra trước tuần thứ 36 được gọi là* sinh non. Trong khoảng năm đầu tiên, trẻ sinh non thường phát triển chậm hơn trẻ sinh đủ tháng trong nhiều khía cạnh phát triển. Tuy nhiên, vào khoảng 2 hoặc 3 tuổi, những khác biệt như thế biến mất, hầu hết trẻ sinh non đều phát triển bình thường (Greenberg & Crnic, 1988).

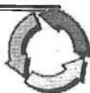
Tương lai thường không sáng sủa đối với đứa bé sinh "thiếu cân". Mặc dù được sinh ra sau một kỳ trong mang thai có độ dài bình thường, những bé này đều nhỏ hơn bình thường rất nhiều, thường là do chế độ dinh dưỡng của người mẹ không thích hợp hoặc do nhiễm trùng bẩm sinh (Allen, 1984). *Trẻ sơ sinh cân nặng 2.500 gram (5,5 cân Anh) trở xuống được xem là* trọng lượng sinh thấp, *trẻ sơ sinh cân nặng dưới 1.500 gram (3,3 cân Anh) được xem là* trọng lượng sinh rất thấp *và trẻ sơ sinh cân nặng chưa đến 1.000 gram (2,2 cân Anh) được xem là* trọng lượng sinh cực thấp.

Trẻ sơ sinh có trọng lượng sinh rất thấp hoặc cực thấp đều không sống lâu. Phần lớn không tồn tại được, số trẻ như này thường kém số trẻ khác trong sự phát triển kỹ năng vận động và trí tuệ (Sykes và người khác, 1997; Ventura và người khác, 1994). Tỷ lệ tốt hơn đối với trẻ sơ sinh cân nặng hơn 1.500 gram. Hầu hết đều sống sót. Một số cháu phát triển bình thường, những số khác luôn phát triển rất chậm. Tại sao? Phần Tác động hiện hành cung cấp một số manh mối.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một người bạn của bạn sinh non em bé trước 6 tuần. Bé có kích thước trung bình của bé sinh non và trông có vẻ khỏe mạnh nhưng người bạn vẫn lo ngại. Bạn trấn an bạn mình như thế nào?

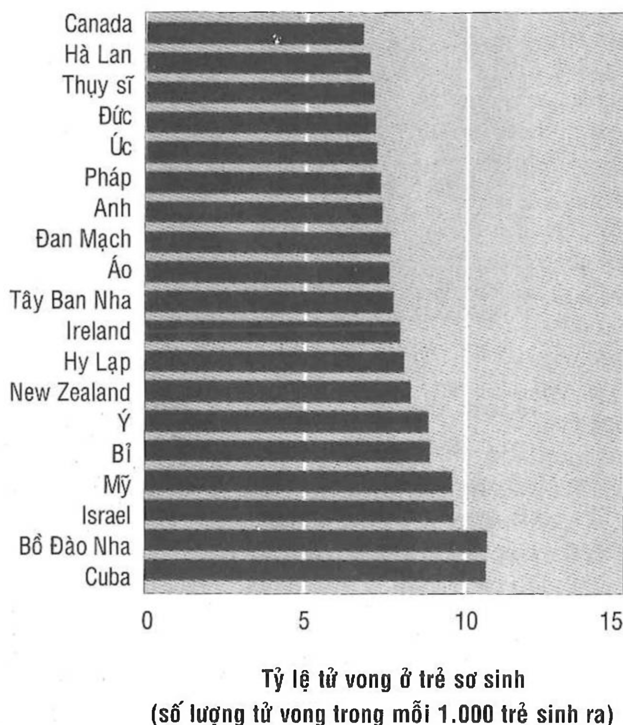
TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: CÁI GÌ QUYẾT ĐỊNH CÁC KẾT QUẢ ĐỜI SỐNG CỦA BÉ SINH THIẾU CÂN?



Tại sao một số trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp phục hồi hoàn toàn nhưng số đứa trẻ khác thì không? Tác động sinh học không phải là yếu tố duy nhất quyết định liệu trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp có sống được hay không. Tác động văn hóa xã hội mang tính quyết định: trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp sống được nếu được chăm sóc y tế tốt và môi trường gia đình mang tính hỗ trợ và kích thích. Thật không may, không phải trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp nào cũng có kinh nghiệm tối ưu. Nhiều trẻ không được chăm sóc y tế phù hợp vì gia đình nghèo. Số khác bị căng thẳng và rối loạn trong đời sống gia đình. Đối với những trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp này, sự phát triển thường chậm và đôi khi chết yểu.

Ý nghĩa quan trọng của một môi trường hỗ trợ đối với trẻ sơ sinh thiếu cân được nhấn mạnh qua kết quả của một nghiên cứu theo chiều dọc của Werner (1989), bao gồm tất cả trẻ em sinh ra ở đảo Kauai, Hawaii trong năm 1955. Khi đứa trẻ sinh thiếu cân trưởng thành trong gia đình ổn định – được định nghĩa có mặt của 2 bố mẹ tâm thần khỏe mạnh trong suốt thời thơ ấu của đứa trẻ – đứa trẻ không thể phân biệt với số trẻ khác sinh ra không bị biến chứng khi sinh. Tuy nhiên, khi đứa trẻ sinh thiếu cân sống trong một môi trường gia đình bất ổn – được định nghĩa có sự ly hôn, bố mẹ nghiện rượu, hoặc mắc bệnh tâm thần- thì trẻ chậm hơn bạn đồng tuổi trong sự phát triển trí tuệ và xã hội.

Vì thế, khi tác động Sinh học và văn hóa xã hội đều có hại - trọng lượng sinh thấp cộng với chăm sóc y tế không phù hợp hoặc căng thẳng trong gia đình – thì dự đoán đối với trẻ không mấy tốt lành. Thông điệp gởi đến bố mẹ của trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp rất rõ: đừng tuyệt vọng vì chăm sóc tốt có thể bù đắp cho tất cả những vấn đề nghiêm trọng khi sinh (Werner & Smith, 1992; Werner, 1994).



Tỷ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh (số lượng tử vong trong mỗi 1.000 trẻ sinh ra)

TỈ LỆ TỬ VONG Ở TRẺ SƠ SINH

Trong nhiều khía cạnh, phương tiện chăm sóc y tế ở Mỹ tốt nhất trên thế giới. Tuy nhiên, trẻ sơ sinh Mỹ không khỏe mạnh so với trẻ sơ sinh ở các nước khác. Tỷ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh *là số lượng trẻ tuổi ẵm ngửa chết trước khi tròn 1 tuổi trong số 1.000 trẻ sinh ra.* Ở Mỹ, trong 1.000 thì có 9 – khoảng 1% - sống chưa đến 1 tuổi. Con số này đặt nước Mỹ ở mức thấp nhất trong số các nước công nghiệp hóa trên thế giới như trong biểu đồ (bên trên) (Wegman, 1994).

Tại sao có nhiều trẻ sơ sinh Mỹ chết? Trọng lượng sinh thấp là một phần lời đáp. Mỹ có trẻ sơ sinh trọng lượng sinh thấp nhiều hơn các nước khác liệt kê trong biểu đồ, chúng ta cũng biết trọng lượng sinh thấp khiến trẻ sơ sinh gặp nhiều rủi ro. Có thể phòng tránh trọng lượng sinh thấp khi thai phụ khám thai định kỳ, nhưng nhiều phụ nữ mang thai ở Mỹ không được chăm sóc thích hợp trước khi

sinh. Hầu như các nước đều vượt xa Mỹ trong việc chăm sóc trước khi sinh, các nước ấy thu phí rất ít hoặc miễn phí. Ngoài ra, phần lớn các nước này cho phụ nữ có mang nghỉ việc nhưng vẫn hưởng lương (Kamerman, 1993).

Sự phát triển trước khi sinh là cơ sở của mọi phát triển và chỉ bằng cách khám thai định kỳ chúng ta mới biết được cơ sở này được hình thành đúng hay không. Phụ nữ mang thai và đứa con trong bụng mẹ *cần* sự chăm sóc này.

TỰ KIỂM TRA

1. Trong giai đoạn đau đẻ thứ ba, ______ sổ.
2. Hai vấn đề trong việc sử dụng thuốc mê trong khi đau đẻ là khi một phụ nữ không thể sử dụng cơ bụng của mình để giúp đẩy bé xuống đường sinh và ______.
3. Sinh con ở nhà an toàn khi thai phụ khỏe mạnh, trong thai kỳ không gặp vấn đề, không có vấn đề trong khi sinh, và ______.
4. Khi sự cung cấp oxy đối với thai bị gián đoạn vì cuống rốn bị xoắn sẽ tạo ra ______.
5. Nghiên cứu ảnh hưởng lâu dài của việc sinh non và trọng lượng sinh thấp có phải là chứng cứ cho sự liên tục phát triển và gián đoạn hay không? Tại sao?

Trả lời: (1) nhau, (2) thuốc giảm đau thấm qua nhau và ảnh hưởng đến bé, (3) khi nhân viên chăm sóc y tế qua trường lớp có mặt, (4) thiếu oxy.

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Chương này bắt đầu bằng sự thụ thai, đề cập 38 tuần phát triển trước khi sinh, và kết thúc bằng sự sinh nở. Bạn hiểu được tác động đáng kể của sự sắp xếp của gien diễn ra lúc thụ thai. Đôi khi gien đơn ảnh hưởng đến sự phát triển như trong trường hợp bệnh tế bào hình liềm làm Leslie hốt hoảng. Thông thường hơn, nhiều gien kết hợp với nhau ảnh hưởng đến sự phát triển, với kết quả phụ thuộc vào tác động của môi trường. Bạn hiểu rằng cấu trúc và quá trình bộc lộ trong một chuỗi có thể dự đoán được trong sự phát triển trước khi sinh và kiến thức này trả lời một số câu hỏi về sự mang thai của Eun Jung. Bạn cũng biết được sự phát triển trước khi sinh đôi khi khủng khiếp ra sao và lý do sử dụng thông tin này để giải quyết mối quan ngại của Chloe về việc sức khỏe và hành vi của cô có thể ảnh hưởng đến sự phát triển của con mình ra sao. Sau cùng, bạn tìm hiểu đau đẻ và sổ nhau, bao gồm một số thuận lợi của việc sinh con có chuẩn bị chẳng hạn như Marlea từng làm.

Chương này dài hơn hầu hết các chương khác trong sách này, nhấn mạnh yếu tố Sinh học trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Tuy nhiên, thậm chí ở đây, tác động Sinh học không hoạt động riêng biệt mà hoạt động trong sự tương tác với các yếu tố khác trong khuôn khổ. Sự phát triển trước khi sinh ảnh hưởng đến sự kiện được lập trình về mặt Sinh học cùng với tác động môi trường đối với thai.

Sự phát triển mà chúng ta theo dõi

trong chương này là phần mở đầu cho phần còn lại của sự phát triển của con người trong suốt cuộc đời. Mỗi giai đoạn kế tiếp xây dựng trên chủ đề được hình thành trong phần mở đầu như chúng ta sẽ thấy trong chương sau đề cập tuổi ẵm ngửa.

TÓM TẮT



Khởi đầu: 23 cặp nhiễm sắc thể

Cơ chế di truyền

• Khi thụ thai, 23 nhiễm sắc thể trong tinh trùng kết hợp với 23 nhiễm sắc thể trong trứng. Mỗi nhiễm sắc thể là một phân tử AND, một phần của ADN cung cấp chỉ thị sinh hóa cụ thể được gọi là gien.

• Tất cả gien của một người hình thành một kiểu gien, kiểu hình ám chỉ đặc điểm cơ thể, hành vi và tâm lý phát triển khi kiểu gien tiếp xúc với một môi trường cụ thể.

• Các hình thức khác nhau của cùng một gien được gọi là gien tương ứng. Một người thừa hưởng cùng một gien tương ứng trên một đôi nhiễm sắc thể là đồng hợp tử. Trong trường hợp này, chỉ thị sinh hóa đối với gien tương ứng tiếp theo sau. Một người thừa hưởng các gien tương ứng khác nhau là dị hợp tử. Trong trường hợp này, chỉ thị của gien tương ứng trội tiếp theo sau trong khi chỉ thị gien tương ứng lặn bị bỏ qua.

• Kiểu hình hành vi và tâm lý phản ánh thể liên tục cơ bản (chẳng hạn như trí năng) thường bao gồm di truyền đa gien. Trong di truyền đa gien, kiểu hình phản ánh hoạt động kết hợp của nhiều gien khác biệt. Di truyền đa gien thường được khảo sát bằng cách nghiên cứu trẻ song sinh. Những nghiên cứu này biểu thị ảnh hưởng di truyền đối với trí năng và nhân cách.

Rối loạn gien

• Hầu hết các rối loạn di truyền được mang ở gien tương ứng lặn. Minh họa bao gồm bệnh tế bào hình liềm và phenylketonuria, trong đó độc tố tích tụ sinh ra giảm thiểu trí năng. Đôi khi trứng đã thụ tinh không có 46 nhiễm sắc thể. Chúng thường làm sẩy thai tự phát ngay sau khi thụ thai. Một ngoại lệ là hội chứng Down, trong đó cá thể thường có một nhiễm sắc thể thứ 21 dư. Cá thể bị hội chứng Down có vẻ mặt dễ phân biệt và giảm thiểu trí năng. Rối loạn nhiễm sắc thể giới tính thường gặp hơn vì những nhiễm sắc thể này chứa vật chất gien ít hơn thể thường nhiễm sắc.

Di truyền không phải là số phận: Gien và môi trường

• PKU là một rối loạn di truyền trong đó phenylalanine tích tụ trong cơ thể, gây thương tổn cho hệ thần kinh. Giảm thiểu trí năng thường tránh được bằng chế độ ăn kiêng ít chất phenylalanine. Điều này mô tả khái niệm dải phản ứng – kết quả di truyền tùy thuộc vào môi trường phù hợp phát triển.

• Di truyền có thể ảnh hưởng đến các loại kinh nghiệm của trẻ. Người ta tìm kiếm môi trường phù hợp với kiểu gien của mình, quá trình này gọi là tìm nơi thích hợp.

Từ lúc thụ thai đến lúc sinh

Giai đoạn hợp tử (Tuần 1 – 2)

• Giai đoạn đầu tiên của sự phát triển trước khi sinh kéo dài 2 tuần, bắt đầu khi



trứng được tinh trùng làm cho thụ tinh trong vòi Fallop và kết thúc khi trứng đã thụ tinh cấy vào thành tử cung. Vào cuối giai đoạn này, tế bào bắt đầu phân chia.

Giai đoạn phôi (Tuần 3 – 8)

• Giai đoạn thứ 2 của sự phát triển trước khi sinh bắt đầu 2 tuần sau khi thụ thai và kết thúc 8 tuần sau đó. Đây là giai đoạn phát triển nhanh trong đó hầu hết các cấu trúc cơ thể quan trọng được hình thành. Sự phát triển trong giai đoạn này gọi là đầu – đuôi (đầu phát triển trước) và cận tâm – xa tâm (phần gần tâm cơ thể phát triển trước).

Giai đoạn thai (Tuần 9 – 38)

• Giai đoạn thứ 3 của sự phát triển trước khi sinh bắt đầu 8 tuần sau khi thụ thai và kéo dài cho đến khi sinh. Điểm nổi bật của giai đoạn này là sự gia tăng đáng kể kích thước của thai và thay đổi trong hệ thống cơ thể cần thiết cho sự sống. Lúc 7 tháng, hầu hết hệ thống cơ thể hoạt động chức năng đủ để hỗ trợ cho sự sống.



Ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh

Yếu tố rủi ro chung

• Độ tuổi của bố mẹ có thể ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh. Trẻ vị thành niên thường gặp vấn đề khi mang thai vì không được chăm sóc thích hợp trước khi sinh. Phụ nữ lớn tuổi có sức khỏe kém có nhiều khả năng gặp vấn đề khi mang thai, nam giới lớn tuổi hơn có nhiều khả năng tinh trùng bị hỏng. Sự phát triển trước khi sinh cũng có thể bị thương tổn nếu thai phụ có chế độ dinh dưỡng không thích hợp hoặc bị căng thẳng đáng kể.

Nhân tố gây quái thai: Chất gây nghiện, bệnh tật, và nguy hiểm từ môi trường

• Nhân tố gây quái thai là tác nhân gây ra sự phát triển bất thường trước khi sinh. Nhiều chất gây nghiện mà người lớn thường dùng đều là nhân tố gây quái thai. Đối với hầu hết các chất gây nghiện, các nhà khoa học chưa xác định nên dùng lượng nào là an toàn. Một số bệnh là nhân tố gây quái thai. Chỉ bằng cách tránh những bệnh này thai phụ hoàn toàn tránh được hậu quả tai hại. Nhân tố gây quái thai từ môi trường đặc biệt nguy hiểm vì thai phụ không biết rằng những chất này đang có trong môi trường.

Nhân tố gây quái thai ảnh hưởng đến sự phát triển trước khi sinh ra sao

• Tác động của nhân tố gây quái thai tùy thuộc vào kiểu gien của cơ thể sống, giai đoạn phát triển trước khi sinh khi cơ thể sống tiếp xúc với nhân tố gây quái thai, và số lần tiếp xúc. Đôi khi tác động của một nhân tố gây quái thai không thấy rõ cho đến khi về già.

Chẩn đoán và điều trị trước khi sinh

• Nhiều kỹ thuật được sử dụng để lần theo diễn tiến phát triển trước khi sinh. Một yếu tố thường gặp trong chăm sóc trước khi sinh là siêu âm, dùng sóng âm để tạo ra hình ảnh của thai. Hình ảnh này có thể được sử dụng để xác định vị trí của thai, giới tính và xem có biến dạng cơ thể hay không. Khi nghi ngờ rối loạn gien, chọc màng ối qua bụng và lấy mẫu nhung mao màng đệm được sử dụng để xác định kiểu gien của thai. Điều trị thai là một lĩnh vực mới trong đó các rối loạn trong sự phát triển trước khi sinh được điều chỉnh bằng thuốc, với phẫu thuật, hoặc sử dụng kỹ thuật gien.



Đau đẻ và sinh con

Các giai đoạn đau đẻ

- Đau đẻ bao gồm 3 giai đoạn. Trong giai đoạn 1, cơ tử cung co thắt. Sự co thắt lúc đầu yếu rồi dần dần mạnh hơn làm cho cổ tử cung mở rộng. Trong giai đoạn 2, bé đi qua đường sinh. Trong giai đoạn 3, sổ nhau.

Tiếp cận sự sinh con

- Sinh nở tự nhiên hoặc có chuẩn bị dựa trên giả định cho rằng bố mẹ nên hiểu những gì diễn ra trong khi mang thai và sinh nở. Trong sinh nở tự nhiên, nên tránh uống thuốc giảm đau vì thuốc này ngăn không cho người mẹ thực hiện động tác đẩy trong khi đau đẻ và thuốc ảnh hưởng đến thai. Thay vào đó, thai phụ nên học cách giảm đau bằng sự thư giãn, hình ảnh tưởng tượng và với sự giúp đỡ của một huấn luyện viên hỗ trợ.
- Hầu hết trẻ sơ sinh Mỹ đều sinh trong bệnh viện nhưng nhiều trẻ sơ sinh châu Âu được sinh ở nhà. Sinh ở nhà an toàn khi người mẹ khoẻ mạnh, không có vấn đề trong khi mang thai và sinh nở, phải có nhân viên chăm sóc sức khỏe có mặt lúc sinh con.

Các biến chứng khi sinh

- Trong khi đau đẻ và sổ nhau, lượng máu dẫn đến thai có thể bị gián đoạn vì cuống rốn bị xoắn. Điều này gây ra tình trạng thai thiếu oxy. Một số trẻ sơ sinh sinh non và số trẻ sơ sinh khác sinh thiếu tháng. Trẻ sơ sinh sinh non phát triển lúc đầu chậm đến 2 hoặc 3 tuổi mới theo kịp các đứa trẻ bình thường khác. Trẻ sơ sinh sinh thiếu tháng thường không sống lâu nhất là khi sinh trọng lượng ít hơn 1.500 gram và môi trường của chúng căng thẳng.

Tỉ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh

- Tỉ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh ở Mỹ tương đối cao, chủ yếu là do trọng lượng khi sinh thấp và chăm sóc trước khi sinh kém.

TỪ KHÓA

nhiễm sắc thể
thể thường nhiễm sắc
nhiễm sắc thể giới tính
acid deoxyribonucleic (ADN)
gien
kiểu gien
kiểu hình
gien tương ứng
đồng hợp tử
dị hợp tử
trội
lặn
tính đồng trội
nét tế bào hình liềm
di truyền đa gien
trẻ song sinh đơn hợp tử
trẻ song sinh lưỡng hợp tử
phenylketonuria
bệnh Huntington
dải phản ứng
nơi thích hợp
sự phát triển trước khi sinh
thụ tinh trong ống nghiệm
ưu sinh học

hợp tử
cấy
đĩa mầm
nhau
phôi
trung phôi bì
nội phôi bì
ngoại bì
màng ối
nước ối
cuống rốn
nguyên tắc đầu đuôi
nguyên tắc cận – xa tâm
giai đoạn thai
độ tuổi có thể sống được
nhân tố gây quái thai
hội chứng thai tử vong do rượu
siêu âm
chọc màng ối qua bụng
lấy mẫu nhung mao màng đệm
điều trị thai
crowning
thiếu oxy
sinh non
trọng lượng sinh thấp
trọng lượng sinh rất thấp
trọng lượng cực thấp
tỷ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

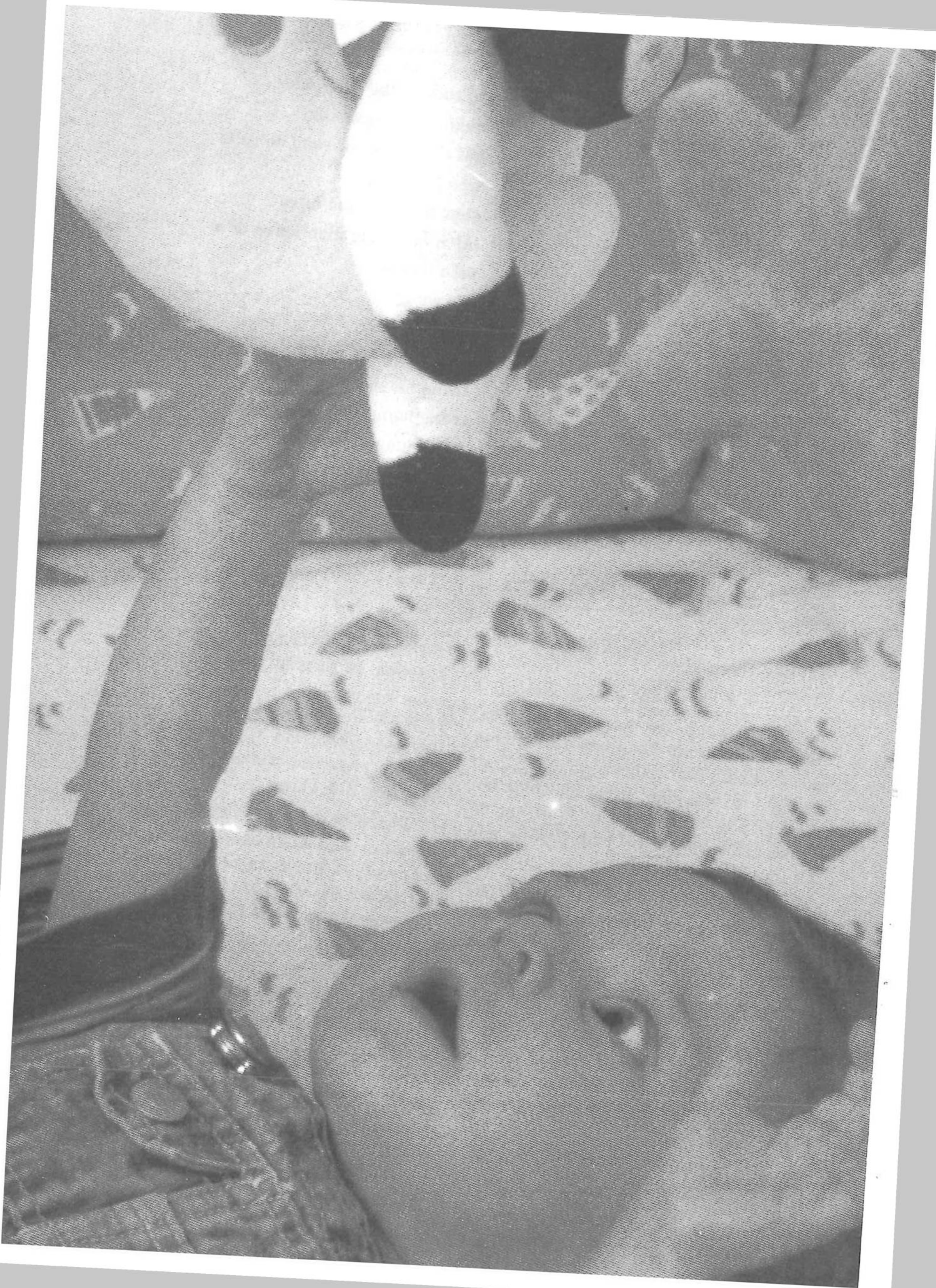
ALFRED, H. (1997). *Pregnancy and birth sourcebook.* Detroit: Omnigraphics. Đây là sách tham khảo bao quát nhưng dễ đọc đề cập tất cả khía cạnh mang thai, bao gồm tư vấn gien, chăm sóc trước khi sinh, sự phát triển trước khi sinh, đau đẻ và sổ nhau, và các rối loạn thường gặp khi mang thai.

ALDRIDGE, S. (1996). *The thread of life: The story of genes and genetic engineering.* Cambridge, NY: Cambridge University Press. Tác giả từ nhà hóa học chuyển sang nhà văn chuyên nghiệp, ban đầu giải thích tuyệt hảo về cấu trúc và chức năng hoạt động của ADN. Sau đó bà mô tả kỹ thuật gien và chứng minh có thể giải quyết vấn đề kỹ thuật gien khác nhau và dẫn đến sự hình thành các hình thức sự sống mới.

NILSSON, L, & HAMBERGER, L (1990). *A child is born.* New York: Delacorte. Quyển sách này là nguồn cung cấp nhiều ảnh chụp về sự phát triển trước khi sinh trong chương này. Nilsson phát triển nhiều kỹ thuật khác nhau để chụp ảnh thai khi thai đang phát triển, Hamberger cung cấp một bài khóa giải trí, cung cấp thông tin kèm theo ảnh chụp.

PLOMIN, R. (1990). *Nature and nurture. Pacific Grove, CA: Brooks / Cole.* Quyển sách mỏng này là lời giới thiệu rất đáng đọc đối với nghiên cứu hiện đại về vai trò di truyền học trong hành vi con người, do một trong những nhà nghiên cứu hàng đầu trong ngành biên soạn.

SHAPIRO, R. (1991). *The human blueprint: The race to unlock the secrets of our genetic script. New York: St. Martin's Press.* Quyển sách này mô tả tiến bộ trong nghiên cứu di truyền học bằng cách tập trung vào Dự án giải mã gien người, mục đích nhận dạng vị trí chính xác của tất cả 100.000 gien con người.



CHƯƠNG 3

CÔNG CỤ TÌM HIỂU THẾ GIỚI

Hãy suy nghĩ cách đây 2 năm bạn như thế nào. Cho dù làm gì đi nữa, có lẽ bạn nhìn, hành động, suy nghĩ và cảm nhận giống hệt như ngày nay. Hai năm trong cuộc đời của một người trưởng thành không tạo ra sự thay đổi sâu sắc. Nhưng 2 năm tạo ra sự khác biệt rất lớn lúc đầu đời. Những thay đổi diễn ra trong 2 năm đầu đời đến mức không thể tin được. Từ một đứa trẻ tuổi ẩm ngửa trông có vẻ bất lực biến đổi thành một đứa bé biết đi chập chững, biết nói chỉ trong vòng chưa đầy 2 năm. Không có sự thay đổi nào trong bất kỳ thời điểm nào khác trong cuộc đời lại nhiều kịch tính và phấn khích bằng những năm này.

Trong chương này, cuộc hành trình tìm hiểu 2 năm đầu đời từ đứa trẻ sơ sinh rồi những thay đổi trong cơ thể và bộ não. Phần thứ 3 của chương này đề cập kỹ năng vận động. Bạn sẽ tìm hiểu cách đứa trẻ học đi như thế nào và cách đứa trẻ sử dụng 2 tay để cầm, rồi sau đó sử dụng đồ vật. Trong phần 4, chúng ta khảo sát những thay đổi trong khả năng nhận cảm của đứa trẻ tuổi ẵm ngửa giúp đứa trẻ tìm hiểu thế giới.

Khi đứa trẻ bắt đầu tìm hiểu thế giới của mình và tìm hiểu nhiều hơn về thế giới ấy, thì đứa trẻ cũng tìm hiểu nhiều hơn về chính mình. Đứa trẻ học cách nhận biết mình và bắt đầu hiểu nhiều hơn về suy nghĩ của nó và suy nghĩ của người khác. Chúng ta tìm hiểu những thay đổi này trong phần cuối của chương.

TRẺ SƠ SINH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Phản xạ giúp trẻ sơ sinh tương tác với thế giới ra sao?**
- **Bằng cách nào chúng ta xác định liệu trẻ có khoẻ mạnh và thích nghi với cuộc sống bên ngoài tử cung?**
- **Trạng thái hành vi gì thường gặp ở trẻ sơ sinh?**
- **Đặc điểm tính khí khác nhau là gì? Có thay đổi khi trẻ lớn hay không?**

LISA và STEVE, *vừa mới sinh con, hãnh diện nhưng mệt mỏi, rất ngạc nhiên khi cuộc sống của họ tập trung lo ăn, lo ngủ cho đứa con Dan mười ngày tuổi. Lisa cảm thấy như thể lúc nào mình cũng nuôi Dan. Khi Dan ngủ, Lisa nghĩ đến nhiều việc mình cần làm, nhưng cô thường tranh thủ chợp mắt vì cô quá mệt. Steve ngạc nhiên khi thấy Dan ngủ suốt đêm đến mức anh và Lisa có thể ngủ rất ngon.*

Trẻ sơ sinh làm cho bố mẹ như Lisa và Steve phải phát run là chuyện thường gặp như trong ảnh bên dưới bé Ben Kail mới sinh được 20 giây. Giống như nhiều trẻ sơ sinh, người bé lấm lem máu và chất "gây", một "chất sáp" màu trắng bảo vệ da trong nhiều tháng trong sự phát triển trước khi sinh. Đầu của Ben tạm thời bị lệch lúc di chuyển qua đường sinh, bụng bé to, chân bé cong.



NHỮNG PHẢN XẠ CƠ BẢN CỦA TRẺ SƠ SINH

Tên	Phản xạ	Ý nghĩa
Babinski	Ngón chân xòe ra khi bàn chân bị cù từ gót đến ngón chân.	Có thể là tàn dư của tiến hóa
Chớp mắt	Mắt bé nhắm khi quá sáng hoặc quá ồn.	Bảo vệ mắt
Phản xạ Moro	Bé duỗi thẳng cánh tay ra ngoài rồi sau đó hướng vào bên trong (như thể ôm) để phản ứng với tiếng ồn hoặc khi đầu bé cúi.	Giúp bé bám chặt mẹ
Lòng bàn tay	Bé nắm đồ vật được người khác đặt vào lòng bàn tay.	Dấu hiệu nắm bắt tự ý
Cơ bản	Khi khều má bé, bé ngoảnh đầu sang bên má bị khều rồi mở miệng.	Giúp bé tìm núm vú
Bước	Bé được người lớn giữ thẳng người rồi sau đó bước về phía trước bắt đầu bước theo nhịp điệu.	Dấu hiệu bước đi tự ý
Bú	Bé bú khi người khác đưa đồ vật vào miệng.	Cho phép nuôi ăn
Rút chân	Bé rút bàn chân khi lòng bàn chân bị người khác dùng kim gút cù nhẹ.	Bảo vệ bé tránh kích thích khó chịu

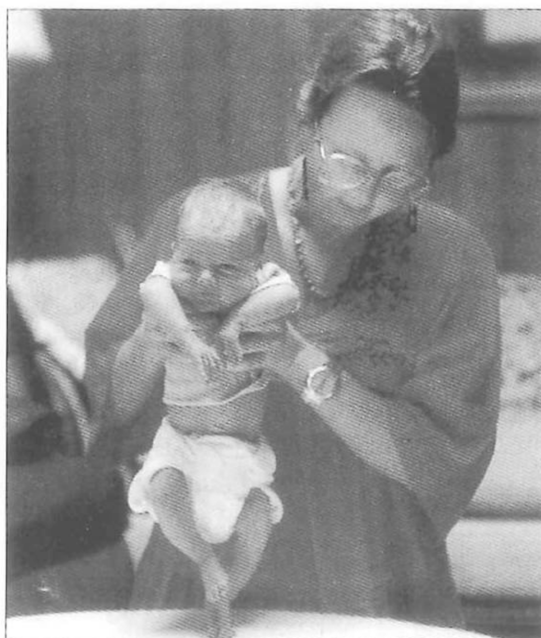
Trẻ sơ sinh như Dan và Ben có thể làm gì? Chúng ta trả lời câu hỏi ấy trong tiết này và hiểu được khi nào Lisa và Steve ngủ được một đêm ngon giấc.

PHẢN XẠ CỦA TRẺ SƠ SINH

Hầu hết trẻ sơ sinh được chuẩn bị tốt để bắt đầu tương tác với thế giới của mình. *Trẻ sơ sinh được phú cho một tập hợp các* phản xạ *phong phú, phản ứng không tập quen được gợi ra bằng một hình thức kích thích cụ thể.* Sơ đồ (bên trên) cho thấy tính đa dạng của phản xạ thường gặp ở trẻ sơ sinh.

Bạn có thể nhìn thấy một số phản xạ nhằm mục đích giúp trẻ sơ sinh lấy được dưỡng chất cần cho sự phát triển: phản xạ cơ bản và bú bảo đảm rằng trẻ sơ sinh được chuẩn bị tốt để bắt đầu một chế độ ăn uống bằng sữa để duy trì sự sống. Các phản xạ khác dường như để bảo vệ trẻ sơ sinh tránh được nguy hiểm trong môi trường. Chẳng hạn phản xạ chớp mắt và rút chân giúp trẻ sơ sinh tránh được kích thích khó chịu.

Những phản xạ khác làm cơ sở cho các mẫu hoạt động vận động tự ý, rộng hơn. Chẳng hạn, hãy quan sát trẻ sơ sinh trong ảnh (bên dưới), đang có phản xạ bước. Những cử động này giống như điều báo trước cho động tác bước, vì thế có lẽ không làm bạn ngạc nhiên khi biết rằng



trẻ sơ sinh tập phản xạ bước thường biết đi sớm hơn trẻ sơ sinh không tập phản xạ này (Zelazo, 1993).

Phản xạ cho rằng quan trọng vì có thể phản xạ này là cách hữu ích để xác định xem hệ thần kinh của trẻ sơ sinh có hoạt động bình thường hay không. Chẳng hạn, trẻ tuổi ẫm ngửa bị thương tổn dây thần kinh hông, trong cột sống, không có phản xạ rút chân. Ví dụ khác, trẻ tuổi ẫm ngửa có vấn đề ở phần dưới cột sống không có phản xạ Babinski. Nếu những phản xạ này hoặc phản xạ khác yếu hoặc không có thì phải kiểm tra lại cơ thể và hành vi. Tương tự, phần lớn phản xạ này thường biến mất trong tuổi ẫm ngửa, nếu vẫn còn thì cần phải kiểm tra cơ thể toàn diện.

ĐÁNH GIÁ TRẺ SƠ SINH

Hãy tưởng tượng rằng một bà mẹ nhờ bạn nhận xét xem đứa con mới sinh của bà có khoẻ mạnh hay không. Bạn quyết định ra sao? Có lẽ bạn sẽ kiểm tra xem đứa bé có thở không, tim có đập không. Thật ra, thở và tim đập là 2 dấu hiệu quan trọng được tính đến trong điểm số Apgar, cung cấp một đánh giá nhanh chóng, tương đối về tình trạng của trẻ sơ sinh bằng cách tập trung vào hệ thống cơ thể cần thiết để duy trì sự sống. Các dấu hiệu quan trọng khác là sự săn chắc cơ bắp, có các phản xạ như ho và màu da hồng hào. Mỗi dấu hiệu quan trọng trong số năm dấu hiệu quan trọng này được cho điểm 0, 1, hoặc 2, với 2 là điểm tối ưu. Chẳng hạn, một đứa trẻ sơ sinh có cơ bắp nhão được cho điểm 0, đứa trẻ thể hiện sự cử động cánh tay và chân khỏe mạnh được cho điểm 2. Năm điểm số được cộng lại, điểm số từ 7 trở lên biểu thị đứa trẻ có tình trạng cơ thể tốt. Điểm số 4 – 6 nghĩa là đứa trẻ sơ sinh cần được chú ý và chăm sóc đạc biệt. Điểm số từ 3 trở xuống báo hiệu một tình huống đe dọa tính mạng cần phải được chăm sóc y tế khẩn cấp (Apgar, 1953).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Trẻ sơ sinh trông có vẻ được chuẩn bị cực kỳ chu đáo để bắt đầu tương tác với môi trường. Thuyết nào được mô tả trong chương 1 dự đoán sự chuẩn bị như thế? Thuyết nào không dự đoán?

Đối với một đánh giá hoàn chỉnh về tình trạng sức khỏe của trẻ sơ sinh, bác sĩ nhi khoa và các chuyên gia phát triển trẻ con khác đôi khi sử dụng Thang đánh giá hành vi trẻ sơ sinh hoặc NBAS cho nhanh (Brazelton, 1984). Kiểm tra này đánh giá một dải rộng các kết luận và hành vi của trẻ sơ sinh giúp trẻ tuổi ẫm ngửa điều chỉnh thích nghi với cuộc sống bên ngoài tử cung. NBAS đánh giá phản xạ, thính lực, thị lực, tính lanh lợi, tính cáu kỉnh, và khả năng an ủi. NBAS, cùng với kiểm tra sức khỏe toàn diện, có thể xác định liệu một trẻ sơ sinh có hoạt động chức năng bình thường hay không. Chẳng hạn, điểm số từ NBAS có thể dùng để chẩn đoán các rối loạn của hệ thần kinh trung ương (Brazelton, Nugent, & Lester, 1987).

TÌNH TRẠNG TRẺ SƠ SINH

Trẻ sơ sinh mỗi ngày trải qua 4 tình trạng như sau (St. James-Roberts & Plewis, 1996; Wolff, 1987):

- Không hoạt động tỉnh táo – *đứa trẻ thản nhiên, mở to mắt chú ý, trông có vẻ chủ tâm quan sát môi trường.*
- Hoạt động thức – *mắt đứa trẻ mở nhưng có vẻ không tập trung, cánh tay hoặc chân bước trong cử động không kết hợp.*
- Khóc – *trẻ khóc dữ dội thường kèm với cử động bối rối nhưng không kết hợp.*
- Ngủ – *trẻ thay đổi từ thở nhẹ và*

đều sang thở khẽ và thở không đều, mắt nhắm suốt.

Trong số những tình trạng này, khóc và ngủ thu hút sự chú ý của bố mẹ lẫn các nhà nghiên cứu.

Khóc

Mỗi ngày trẻ sơ sinh khóc từ 2 – 3 giờ hoặc gần như khóc. Nếu bạn không dành nhiều thời gian bên trẻ sơ sinh thì bạn nghĩ tiếng khóc nào cũng giống như nhau. Thật ra, các nhà khoa học và bố mẹ có thể nhận biết 3 loại tiếng khóc dễ phân biệt (Holden, 1988). Tiếng khóc cơ bản *bắt đầu thật khẽ sau đó dần dần mãnh liệt hơn và thường diễn ra khi trẻ đói hoặc mệt,* tiếng khóc bực bội *là phiên bản mãnh liệt hơn tiếng khóc cơ bản và* tiếng khóc đau đớn *bắt đầu bằng một loạt tiếng khóc đột ngột, kéo dài, tiếp theo sau là sự tạm ngưng lâu và thở hổn hển.* Vì thế, tiếng khóc tượng trưng cho cuộc phiêu lưu đầu tiên của trẻ sơ sinh trong sự giao tiếp giữa cá nhân với nhau, bằng cách khóc trẻ cho bố mẹ biết mình đói hoặc mệt, giận dữ hoặc đau. Bằng cách trả lời những tiếng khóc này bố mẹ cũng khuyến khích con mình cố gắng giao tiếp.

Dĩ nhiên, bố mẹ rất lo khi nghe con khóc. Nếu không dỗ thì càng lo hơn và dễ có thái độ thất vọng và bực mình. Trong nhiều thế kỷ, các bà mẹ phải dựa vào các mẹo khác nhau để dỗ con. Khoa học không đóng góp kỹ thuật mới nhưng cho chúng ta biết kỹ thuật nào hiệu quả nhất và lý do tại sao. Bước đầu tiên là phải xác định tại sao bé khóc. Bé đói bụng? Tã đứa bé bị ướt? Giải quyết nhu cầu gây ra tiếng khóc thường làm bé nín. Nếu đứa bé vẫn còn khóc, cách tốt nhất là vác đứa bé lên vai, và đu đưa hoặc ẵm đứa bé đi một vòng. Sự kết hợp này – tiếp xúc cơ thể trong tư thế thẳng đứng, kiềm chế với một người – sẽ làm đứa bé nín. Cũng hiệu quả là quấn tã – lấy mền quấn đứa bé lại – rồi sau đó đặt đứa bé vào nôi đu đưa hoặc để bé vào xe đẩy. Ở đây, vấn đề quan trọng là sự kết hợp giữa cử động và kiềm chế. Như trong truyện tranh minh họa (bên dưới), một biến thể hiện đại là cột bé vào ghế ngồi trong ô tô và lái xe đi. Kỹ thuật này được áp dụng một lần như là biện pháp cuối cùng khi Ben Kail được 10 ngày tuổi và đã khóc suốt hơn 1 tiếng đồng hồ. Sau khoảng 12 giờ đêm đứa bé mới chịu ngủ! Có thể dỗ trẻ sơ sinh bằng cách cho đứa bé ngậm núm vú cao su, động tác bú rõ ràng giúp đứa bé kiểm soát mức độ đánh thức của chính mình (Campos, 1989).

Không có kỹ thuật nào trong số này là dễ áp dụng. Một số tỏ ra hiệu quả hôm nay nhưng ngày mai không áp dụng. Một số đối với đứa bé này hiệu quả hơn đứa bé khác. Đôi khi bạn cần kết hợp nhiều kỹ thuật chẳng hạn như đu đưa đứa bé trên vai. Nếu tất cả đều thất bại, hãy đặt đứa bé nằm xuống. Bạn sẽ ngạc nhiên khi đứa bé nín ngay rồi ngủ đi!





In lại với sự cho phép của King Features Syndicate, Bản quyền © 1994 của King Features, Inc.

➡ Ngủ

Khóc thu hút sự chú ý của bố mẹ nhưng ngủ là hoạt động mà trẻ sơ sinh dành nhiều thời gian hơn bất kỳ hoạt động nào khác. Mỗi ngày trẻ ngủ từ 16 – 18 tiếng. Vấn đề đối với bố mẹ mỏi mệt, như Lisa và Steve trong minh họa là trẻ sơ sinh cứ luôn ngủ suốt ngày đêm. Trẻ sơ sinh thường trải qua một chu kỳ thức ngủ trong khoảng mỗi 4 tiếng. Nghĩa là đứa trẻ thức khoảng 1 tiếng, ngủ 3 tiếng rồi sau đó lại bắt đầu một chu kỳ mới. Trong khi trẻ sơ sinh thức, trẻ thường nhiều lần thay đổi giữa các tình trạng thức khác nhau. Chu kỳ không hoạt động tỉnh táo, hoạt động thức và khóc rất thường gặp.

Khi đứa trẻ lớn lên, chu kỳ ngủ – thức dần dần bắt đầu tương ứng với chu kỳ ngày – đêm (St. James-Roberts & Plewis, 1996). Hầu hết đứa trẻ bắt đầu ngủ suốt đêm khi ba hoặc bốn tháng tuổi, một cột mốc quan trọng trong đó bố mẹ như Lisa và Steve ngủ rất ngon.

Khoảng một nửa giấc ngủ của trẻ sơ sinh là giấc ngủ không đều *hoặc* cử động nhanh của mắt (REM), *thời điểm khi cơ thể hoàn toàn hoạt động.* Trong giấc ngủ REM, trẻ sơ sinh cử động tay chân, có thể nhăn mặt, mí mắt sụp xuống. Sóng não hoạt động nhanh, tim đập nhanh hơn, thở nhanh hơn. *Trong* giấc ngủ đều hoặc không phải REM, *hơi thở, nhịp tim đập và hoạt động của não ổn định, đứa trẻ nằm im không co giật như trong giấc ngủ REM.* Giấc ngủ REM kém thường xuyên hơn khi đứa trẻ lớn lên. Lúc 4 tháng tuổi, chỉ có 40% giấc ngủ là giấc ngủ REM. Khi một tuổi, giấc ngủ REM giảm xuống còn 25% trong khi ở tuổi trưởng thành chỉ còn không quá 20% (Halpern, MacLean, & Baumeister, 1995).

Người ta vẫn còn tranh luận về chức năng của giấc ngủ REM. Đứa trẻ lớn tuổi hơn và người lớn nằm mơ trong giấc ngủ REM, sóng não trong giấc ngủ REM giống với sóng não của người đang thức, tỉnh táo. Do đó, nhiều nhà khoa học cho rằng giấc ngủ REM kích thích não nuôi dưỡng sự phát triển hệ thần kinh (Halpern và người khác, 1995; Roffwarg, Muzio, & Dement, 1966).

➡ Hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh

Tuy nhiên, đối với nhiều người mới sinh con, giấc ngủ khiến họ lo ngại. *Trong* hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh (SIDS), *một trẻ sơ sinh khỏe mạnh chết đột ngột không có lý do rõ ràng.* Trong mỗi 1.000 trẻ sơ sinh Mỹ có khoảng 1 – 3 trẻ sơ sinh chết vì SIDS. Hầu hết trẻ sơ sinh chết từ 2 – 4 tháng (Wegman, 1994).

Các nhà khoa học không biết nguyên nhân chính xác của SIDS, nhưng họ biết rõ một số yếu tố góp phần. Trẻ sơ sinh dễ bị SIDS nếu sinh non hoặc trọng lượng sinh thấp. Trẻ sơ sinh dễ bị hơn nếu bố mẹ hút thuốc hoặc bố mẹ bị nhiễm trùng hô hấp. Ngoài ra, SIDS có nhiều khả năng xảy ra hơn khi trẻ sơ sinh ngủ nằm sấp nhiều hơn nằm ngửa. Sau cùng, SIDS có khả năng xảy ra trong mùa đông khi trẻ sơ sinh bị quá nóng do đắp quá nhiều mềm và áo ngủ quá dày (Carroll & Laughlin, 1994).

Rõ ràng, một số trẻ sinh non hoặc trọng lượng sinh thấp ít có khả năng đề kháng với căng thẳng tâm lý và mất quân bình do khói thuốc mang lại, hơi thở bị gián đoạn tạm thời hoặc người quá nóng. Lời khuyên tốt nhất dành cho các bậc phụ huynh – đặc biệt dành cho những người sinh con thiếu tháng – là phải để trẻ tránh xa khói thuốc, để con ngủ nằm ngửa, không đắp nhiều mền hoặc mặc quá nhiều áo (Willinger, 1995).

TÍNH KHÍ

Trước đây, chúng ta đề cập như thể tất cả trẻ sơ sinh đều giống nhau. Nhưng nếu bạn quan sát nhiều trẻ sơ sinh thì mới biết rằng điều này không đúng. Có lẽ bạn đã nhìn thấy một số trẻ sơ sinh lúc nào cũng nằm im, trong khi số trẻ khác luôn khóc?

Có thể bạn biết trẻ sơ sinh phản ứng nồng nhiệt với người lạ trong khi trẻ kế bên có vẻ nhút nhát? *Những đặc điểm này của trẻ biểu thị một kiểu hoặc mẫu nhất quán đối với hành vi của trẻ và nói chung chúng xác định* tính khí *của trẻ.*

Theo một thuyết quan trọng, do Buss và Plomin (1984) đề xuất, tính khí bao gồm 3 khía cạnh chính: tính cảm xúc, hoạt động và tính xã hội.

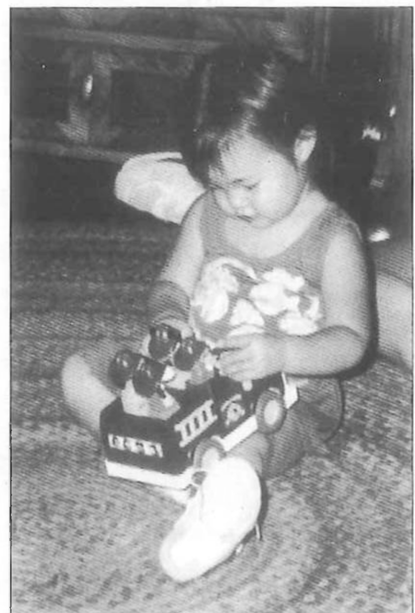
- Tính cảm xúc *ám chỉ sức mạnh phản ứng cảm xúc của đứa trẻ trước một tình huống, phản ứng được gợi ra dễ chịu với tình huống nào, và đứa trẻ trở về trạng thái không cảm xúc dễ chịu với tình huống nào.* Ở một thái cực là đứa trẻ có phản ứng cảm xúc mạnh, dễ gợi và không dễ thản nhiên, ở một thái cực khác là đứa trẻ có phản ứng thờ ơ, tương đối khó gợi, và dễ dỗ.
- Hoạt động *ám chỉ cường độ và sự mãnh liệt trong hoạt động của đứa trẻ.* Đứa trẻ hoạt động luôn bận rộn, thích tìm hiểu môi trường và thích trò chơi sôi nổi. Đứa trẻ không hoạt động có cường độ hành vi dè dặt hơn và thích chơi yên tĩnh hơn.
- Tính xã hội *ám chỉ sự thích kết bạn với người khác.* Một số đứa trẻ thích tiếp xúc với người khác, tìm kiếm sự chú ý của người khác, thích trò chơi có người khác. Những đứa trẻ khác như bé gái trong ảnh thích cô độc, tỏ ra hài lòng khi ngồi chơi một mình.

Không phải nhà nghiên cứu phát triển nào cũng đồng ý rằng đây là những khía cạnh tính khí duy nhất (Goldsmith và người khác, 1987), nhưng rõ ràng tính khí bao gồm nhiều khía cạnh dựa trên Sinh học.

Một số đặc điểm tính khí thường gặp trong một số nền văn hóa này hơn nền văn hóa khác. Trẻ con châu Á thường ít cảm xúc hơn trẻ con Mỹ gốc Âu. Chẳng hạn, trẻ con châu Á ít khóc hơn và khóc không to tiếng bằng trẻ con Mỹ gốc Âu (Kagan và người khác, 1994; Lewis, Ramsay, & Kawakami, 1993).

Tại sao trẻ con châu Á ít cảm xúc hơn trẻ con Mỹ gốc Âu? Có thể liên quan đến di truyền. Có lẽ gien góp phần cho tính cảm xúc ở người châu Á ít gặp hơn ở người Mỹ gốc Âu. Nhưng chúng ta không thể bỏ qua kinh nghiệm. So với các bà mẹ người Mỹ gốc Âu, thì các bà mẹ Nhật Bản thường dành nhiều thời gian gần gũi với con mình hơn, luôn an ủi, vỗ về con, điều này làm giảm khuynh hướng phản ứng cảm xúc (Chen & Miyake, 1986; Lewis và người khác, 1993).

Bất kể lớn lên ở đâu đi nữa, trẻ sơ sinh cảm xúc rất có khả năng cảm xúc khi 12 tháng tuổi và lúc 12 tuổi hay không? Có, ít nhất trong một chừng mực nào đó. Nghiên cứu các khía cạnh tính khí cho thấy tính ổn định hợp lý. Chẳng hạn, Stifter và Fox (1990) nghiên cứu phản ứng trong hai tình huống gọi là căng thẳng vừa phải ở trẻ con: Đối với trẻ sơ sinh, con trẻ được phép ngậm núm vú trong thời gian ngắn, rồi sau đó lấy núm vú đi. Sau này, khi được 5 tháng tuổi, các bà mẹ kiềm chế cánh tay của



con mình ngăn cản mọi cử động. Trong số trẻ sơ sinh khóc khi lấy đi núm vú, 53% khóc khi hai tay bị kiềm chế, trong số trẻ sơ sinh không khóc, 72% không khóc khi hai tay bị kiềm chế. Nói cách khác, hoạt động cảm xúc khi được biểu thị bằng tiếng khóc, luôn không đổi từ lúc sinh cho đến khi 5 tháng tuổi.

Nghiên cứu này điển hình trong nghiên cứu chứng minh rằng tính khí là một điều gì đó ổn định (Belsky, Hsieh, & Crnic, 1996; Caspi & Silva, 1995). Tính khí của trẻ con là báo hiệu tính khí của trẻ con vào thời thơ ấu sau này. Tuy nhiên, tính khí ban đầu dự đoán tính khí sau này chỉ tương đối, chứ không chính xác.

Mike, một đứa bé một tuổi có cảm xúc, rất có khả năng cảm xúc nhiều hơn Dave vốn là một đứa bé 12 tuổi, khi 1 tuổi không cảm xúc. Tuy nhiên, không có "điều gì chắc chắn" rằng Mike vẫn còn cảm xúc khi 12 tuổi. Thay vào đó, hãy nghĩ đến tính khí như một tố chất. Một số trẻ sơ sinh thường có tố chất hoà đồng, cảm xúc hoặc tích cực, số trẻ sơ sinh khác có thể hành động theo cách này nhưng chỉ khi nào hành vi được bố mẹ và người khác nuôi dưỡng (Nachmias và người khác, 1996).

Đặc điểm tính khí nhắc chúng ta rằng mặc dù trẻ sơ sinh có chung nhiều đặc điểm nhưng mỗi bé dường như có nhân cách riêng ngay từ lúc mới sinh ra. Cách tốt nhất để đánh giá đúng tính độc đáo này là phải trải qua trực tiếp, xem Tự tìm hiểu mô tả một phương pháp độc đáo để làm điều này.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một lý thuyết gia tập quen giải thích tại sao trẻ có tính khí khác nhau như thế nào?

TỰ TÌM HIỂU: THAM QUAN PHÒNG TRẺ SƠ SINH



Từ ngữ không thể nào diễn đạt hết sự kỳ diệu của một trẻ sơ sinh. Nếu bạn chưa từng nhìn thấy trẻ sơ sinh, bạn nên tìm cách thử xem một trẻ sơ sinh – có lẽ tốt hơn nhìn thấy nhiều trẻ sơ sinh. Sắp xếp cuộc tham quan khoa bảo sanh ở một bệnh viện địa phương, kể cả phòng trẻ sơ sinh. Nhìn qua ô cửa kính to, bạn có thể quan sát từ 15 đến 20 trẻ sơ sinh. Gần như tất cả đều chưa đến 3 ngày tuổi vì bảo hiểm y tế thường chỉ thanh toán 2 đêm nằm trong bệnh viện sau khi sinh. Những trẻ sơ sinh này không còn lấm lem máu hoặc "chất gây" nữa, nhưng bạn nhìn thấy đầu trẻ sơ sinh bị biến dạng ra sao trong cuộc hành trình đi ra tử cung.

Khi quan sát trẻ sơ sinh, hãy chú ý hành vi phản xạ và thay đổi tình trạng. Quan sát trong khi bé mút ngón tay. Quan sát bé nào trông có vẻ đang thức, tỉnh táo, rồi sau đó lưu ý bé ở trong tình trạng này trong bao lâu. Khi bé không còn nhanh nhẹn, tỉnh táo nữa, hãy quan sát hành vi tiếp theo sau. Sau cùng, hãy quan sát đặc điểm tính khí được mô tả trong một vài trang trước. Quan sát trẻ sơ sinh nhìn và hành động khác nhau ra sao. Có phải tất cả trẻ sơ sinh phản ứng tương tự với kích thích chẳng hạn như ánh sáng và tiếng động hay không? Khi trẻ thức, có phải số trẻ này hoạt động nhiều hơn trẻ khác hay không? Một chủ đề thường gặp trong quyển sách này là sự đánh giá sự thay đổi về tuyệt vời và tính đa dạng ở con người, và điều này thấy rõ ở con người mới sinh vài giờ hoặc vài ngày. Hãy tự tìm hiểu!

TỰ KIỂM TRA

1. Một số phản xạ giúp trẻ sơ sinh có được dưỡng chất cần thiết, các phản xạ khác bảo vệ trẻ sơ sinh tránh khỏi nguy hiểm, và các phản xạ khác ______.
2. ______ dựa trên 5 chức năng quan trọng và cung cấp một dấu hiệu chỉ báo sức khỏe cơ thể của trẻ sơ sinh.

3. Trẻ sơ sinh nằm im, mở mắt tập trung là đang ở trong tình trạng ______.

4. Trẻ sơ sinh ngủ nhiều hơn thức, khoảng một nửa thời gian này giấc ngủ là______, thời gian được cho là nuôi dưỡng sự phát triển hệ thần kinh trung ương.

5. Để bảo vệ trẻ sơ sinh khỏi bị SIDS, bố mẹ nên để trẻ tránh xa khói thuốc, không mặc quần áo quá nhiều và để trẻ ngủ ______.

6. Một thuyết nổi bật đưa ra 3 khía cạnh tính khí bao gồm tính cảm xúc, ______, và tính xã hội.

7. Max, một ông bố tương lai, cho biết "Tôi rất lo con mình bị chứng bất lực, không thể làm được gì cả". Bạn thuyết phục Max như thế nào, có nên xem xét mọi vấn đề, và cho Max biết trẻ sơ sinh rất có tài?

Trả lời: (1) làm cơ sở cho hành vi vận động sau này, (2) điểm số Apgar, (3) không hoạt động tỉnh táo, (4) giấc ngủ REM, (5) nằm ngửa, (6) hoạt động

---

SỰ PHÁT TRIỂN CƠ THỂ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Chiều cao và trọng lượng từ lúc mới sinh đến 2 tuổi thay đổi ra sao?**
- **Trẻ nhỏ cần dưỡng chất gì? Chúng được cung cấp tốt nhất như thế nào?**
- **Hậu quả của suy dinh dưỡng là gì? Giải quyết ra sao?**
- **Tế bào thần kinh là gì và được sắp xếp trong não ra sao?**
- **Não phát triển ra sao? Não bắt đầu hoạt động chức năng khi nào?**

Sự phát triển cơ thể

Phát triển cơ thể

Hệ thần kinh phát triển

K**HI BĂNG QUA ĐƯỜNG,** *bé Martin 4 tuổi bị xe tông. Bé hôn mê suốt một tuần nhưng sau đó dần dần tỉnh lại. Hiện nay bé biết được những người xung quanh. Không cần phải nói, mẹ của bé rất vui khi đứa bé còn sống nhưng bà tự hỏi sau này con mình sẽ ra sao.*

Đối với bố mẹ và con cái, sự phát triển cơ thể là một chủ đề quan tâm cũng như là nguồn tự hào. Bố mẹ ngạc nhiên trước tốc độ bé tăng cân và kích thước, một bé 2 tuổi tuyên bố thật tự hào, "lúc này con lớn hơn!" Trong phần này, chúng ta khảo sát một số đặc điểm cơ bản của phát triển cơ thể, xem bộ não phát triển ra sao và tìm hiểu tai nạn ảnh hưởng đến sự phát triển của Martin như thế nào.

PHÁT TRIỂN CƠ THỂ

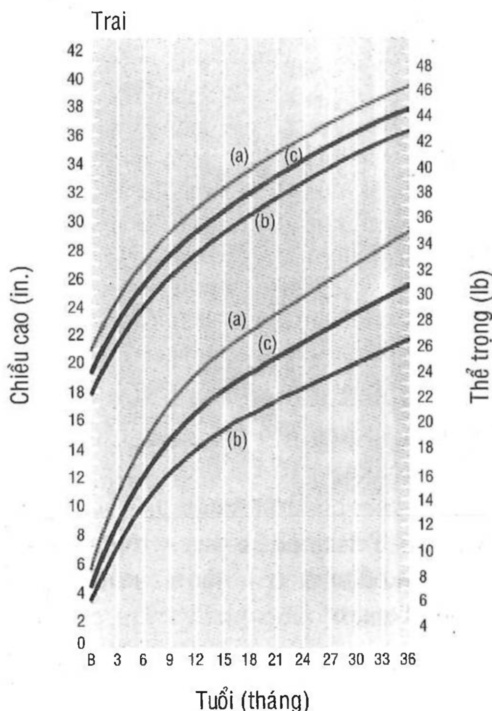
Phát triển trong tuổi ẵm ngửa nhanh hơn bất kỳ giai đoạn nào khác sau khi sinh. Thông thường, trẻ sơ sinh tăng gấp đôi trọng lượng khi 3 tháng tuổi và tăng gấp 3 khi 1 tuổi. Tỉ lệ tăng trưởng này nhanh đến mức nếu cứ như thế trong suốt thời thơ ấu thì một bé trai 10 tuổi sẽ dài gần bằng chiếc máy bay và nặng cũng cỡ ấy (McCall, 1979).

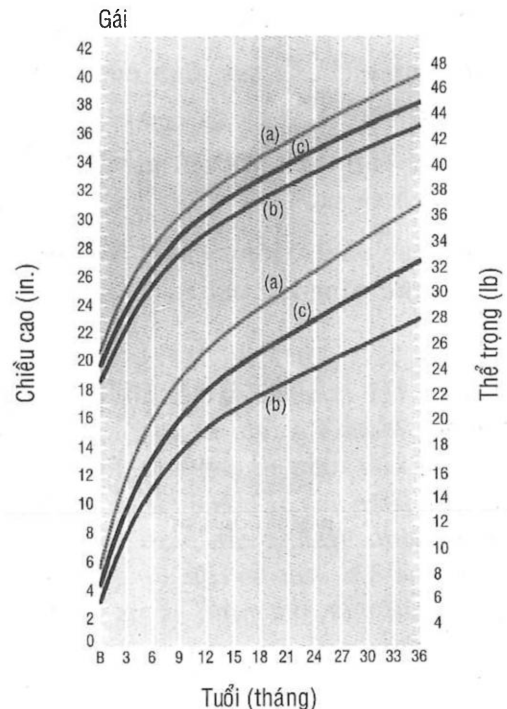
Chiều cao và trọng lượng trung bình đối với trẻ nhỏ được tượng trưng bằng các đường kẻ đánh dấu phân vị thứ 50 trong biểu đồ. Một bé gái trung bình nặng khoảng 7 cân Anh lúc mới sinh, khoảng 21 cân Anh lúc 12 tháng và khoảng 26 cân Anh lúc 24 tháng. Nếu trung bình tuyệt đối, bé dài 19 – 20 inch lúc mới sinh, 29 – 30 inch lúc 12 tháng và 34 – 35 inch lúc 24 tháng. Con số ở bé trai trung bình cũng tương tự nhưng trọng lượng lớn hơn một ít khi 12 và 24 tháng.

Những biểu đồ bên dưới này cũng nêu rõ đứa trẻ ở cùng độ tuổi có thể khác nhau về chiều cao và cân nặng. Đường biểu diễn (a) biểu diễn trong biểu đồ mô tả chiều cao hoặc cân nặng đối với trẻ to hơn 90% bạn đồng tuổi, đường biểu diễn (b) mô tả chiều cao hoặc cân nặng đối với trẻ nhỏ hơn 90% bạn đồng tuổi. Chiều cao và cân nặng bất kỳ giữa những đường kẻ này được xem lại bình thường. Chẳng hạn, khi 1 tuổi, cân nặng bình thường đối với bé trai từ 19 đến 27 cân Anh. Điều này có nghĩa bé trai bình thường nhưng nhẹ cân quá mức vì cân nặng chỉ bằng 2/3 bạn đồng tuổi bình thường mà quá béo!

Thông điệp quan trọng ở đây là chiều cao trung bình và chiều cao bình thường không phải như nhau. Nhiều trẻ cao hơn nhiều hoặc thấp hơn nhiều so với mức trung bình nhưng hoàn toàn bình thường. Điều này áp dụng cho mọi tiêu chuẩn độ tuổi mà chúng ta đề cập trong sách này. Bất kỳ khi nào chúng ta đưa ra một độ tuổi điển hình hoặc trung bình cho cột mốc phát triển thì nên nhớ rằng dải thông thường vượt qua mốc lớn hơn nhiều.

Một trẻ sơ sinh cao hay thấp phần lớn là do di truyền. Cả hai bố mẹ góp





> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Trong chương 2, chúng ta giải thích di truyền đa gien thường có liên quan khi kiểu hình hình thành thể tiếp nối. Chiều cao là một kiểu hình như thế. Hãy đề xuất một mô hình đa gien đơn giản để giải thích chiều cao được di truyền như thế nào.

phần vào chiều cao của con mình. Thực ra, sự tương quan giữa mức trung bình về chiều cao của hai bố mẹ và chiều cao của con 2 tuổi là khoảng 0,7 (Plomin, 1990). Nói chung, 2 bố mẹ đều cao sinh con cao, 2 bố mẹ lùn sinh con lùn, bố cao mẹ thấp hoặc mẹ cao bố thấp sinh con có chiều cao ở khoảng giữa.

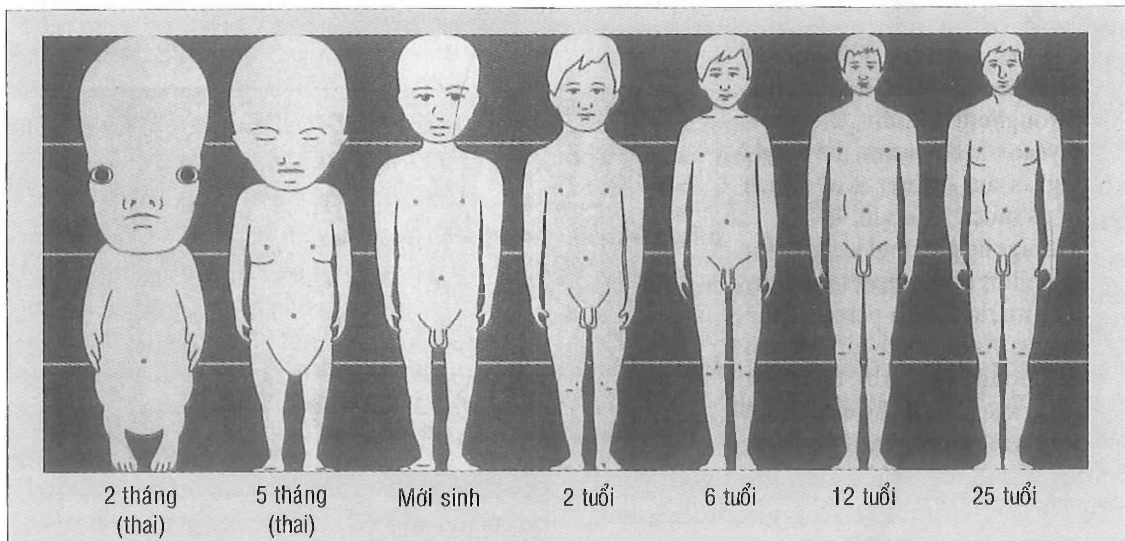
Ngoài ra, chúng ta nhấn mạnh khía cạnh phát triển về lượng chẳng hạn chiều cao. Điều này bỏ qua một vấn đề quan trọng: trẻ sơ sinh không phải hoàn toàn là phiên bản thu nhỏ của người lớn. Biểu đồ dưới đây cho thấy muốn so sánh với thanh niên và người lớn, trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ trông có vẻ nặng nhất vì phần đầu và thân mình của trẻ lớn không theo tỉ lệ. Khi phát triển phần hông, chân, và bàn chân sẽ theo kịp trong thời thơ ấu, cơ thể của trẻ phát triển có tỉ lệ hơn. Mẫu phát triển này, phần đầu và thân mình phát triển trước, theo nguyên tắc đầu đuôi được giới thiệu trong Chương 2 (trang 87).

Sự phát triển loại này cần phải có năng lượng. Chúng ta hãy xem thức ăn và thức uống cung cấp nhiên liệu để phát triển ra sao.

➡ *"Dinh dưỡng thể hiện sự phát triển của bạn" – Dinh dưỡng và tăng trưởng*

Ở một bé 2 tháng tuổi thông thường, khoảng 40% năng lượng cơ thể dành cho sự tăng trưởng. Hầu hết năng lượng còn lại được dùng cho các chức năng hoạt động cơ bản của cơ thể chẳng hạn như tiêu hóa và hô hấp. Một phần nhỏ hơn nhiều dùng trong hoạt động vận động cơ thể.

Vì sự tăng trưởng đòi hỏi nhiều năng lượng, nên trẻ nhỏ phải tiêu thụ một lượng calo khổng lồ so với trọng lượng cơ thể của mình. Chẳng hạn, một bé 3 tháng tuổi, nặng 12 cân Anh sẽ tiêu hóa khoảng 600 calo mỗi ngày, nghĩa là 50 calo cho mỗi cân Anh trọng lượng cơ thể. Trái lại,



Theo Eichorn, 1969.

người lớn tiêu thụ khoảng 15 – 20 calo cho mỗi cân Anh, tùy theo mức hoạt động (Hội đồng nghiên cứu quốc gia, 1989).

Nhu cầu của trẻ sơ sinh phần lớn được đáp ứng bằng sữa mẹ, chứa nhiều chất xơ, chất béo và protein, cũng như vitamin và muối khoáng cần thiết. Nuôi con bằng sữa mẹ còn có thuận lợi khác: sữa mẹ chứa chất kháng thể giúp đề kháng với bệnh tật, trẻ sơ sinh ít bị dị ứng, ít có khả năng bú sữa quá mức như trẻ sơ sinh nuôi bằng sữa bình (Shelov, 1993; Sullivan & Birch, 1990). Nuôi bằng sữa bình giúp cho các thành viên khác trong gia đình có được cảm giác thân mật khi cho bé bú, công thức hiện đại chứa cùng tỉ lệ dưỡng chất giống như sữa mẹ. Do đó, người mẹ có thể chọn một trong hai – hoặc sử dụng cả hai – hiểu rằng chúng sẽ đáp ứng nhu cầu dinh dưỡng cho con mình.

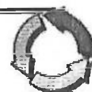
Suy dinh dưỡng

Thật không may, chế độ ăn uống phù hợp chỉ là giấc mơ đối với nhiều trẻ trên thế giới. Trên khắp thế giới trong số 3 trẻ dưới 5 tuổi thì có 1 suy dinh dưỡng, cơ thể nhỏ so với độ tuổi của mình (Tổ chức y tế thế giới, 1996). Phần lớn số trẻ này là ở các nước thuộc Thế giới thứ ba. Tuy nhiên, suy dinh dưỡng cũng thường gặp ở các nước công nghiệp hóa. Chẳng hạn, nhiều trẻ em Mỹ lớn lên không có nhà, sống trong nghèo đói cũng suy sinh dưỡng.

Trẻ suy sinh dưỡng thường phát triển không nhanh bằng bạn đồng tuổi. Suy sinh dưỡng đặc biệt có hại trong tuổi ẵm ngửa vì sự tăng trưởng thường nhanh trong những năm này. Điều này được minh họa qua một nghiên cứu theo chiều dọc được tiến hành ở Barbados thuộc Tây Ấn (Galler & Ramsey, 1989; Galler, Ramsey, & Forde, 1986). Nghiên cứu hơn 100 trẻ bị suy sinh dưỡng nghiêm trọng ở tuổi ẵm ngửa, cũng như 100 trẻ có môi trường gia đình tương tự nhưng được nuôi dưỡng đầy đủ trong tuổi ẵm ngửa. Trẻ suy sinh dưỡng trong tuổi ẵm ngửa không khác biệt với bạn đồng tuổi về cơ thể – chúng cũng cao và nặng. Tuy nhiên, trẻ có tiền sử suy sinh dưỡng ở tuổi ẵm ngửa có điểm số trắc nghiệm thông minh thấp hơn nhiều. Phần lớn số trẻ suy sinh dưỡng trong tuổi ẵm ngửa dễ sao lãng khó tập trung chú ý trong trường học. Nhiều nghiên cứu tương tự cho thấy rằng đứa trẻ suy sinh dưỡng dễ mệt mỏi, dè dặt hơn và thường không chú ý (Lozoff và người khác, 1998). Ngoài ra, suy sinh dưỡng trong giai đoạn tăng trưởng nhanh cũng gây ra tổn thương ở bộ não không thể chữa được (Morgane và người khác, 1993).

Suy sinh dưỡng có cách điều trị đơn giản – chế độ ăn uống thích hợp. Nhưng bạn sẽ thấy trong phần Tác động hiện hành, giải pháp phức tạp hơn bạn nghĩ.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: NUÔI DƯỠNG SỰ PHÁT TRIỂN TRẺ SUY DINH DƯỠNG



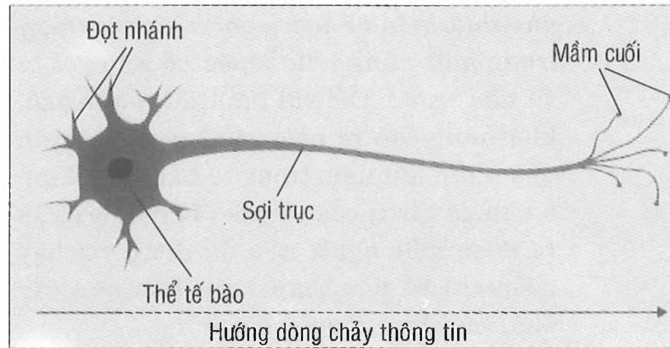
Đứa trẻ suy sinh dưỡng thường bơ phờ không hoạt động, (Ricciuti, 1993). Đứa trẻ yên lặng bất thường và ít thể hiện sự quan tâm đối với những gì đang xảy ra xung quanh. Những hành vi này có ích cho đứa trẻ có chế độ ăn uống không phù hợp vì chúng bảo toàn năng lượng hạn chế. Thật không may, những hành vi này cũng tước đi ở đứa trẻ cơ hội phát triển. Chẳng hạn, khi đứa trẻ lãnh đạm, ngủ lịm, bố mẹ thường nghĩ rằng hành động của mình ít có tác động đối với con. Nghĩa là khi đứa trẻ không phản ứng trước cố gắng kích thích sự phát triển thì thường làm bố mẹ nản chí không kích thích sau này nữa. Qua thời gian, bố mẹ thường ít dành cơ hội để nuôi dưỡng sự phát triển của con. Kết quả là chu kỳ tự duy trì trong đó trẻ suy sinh dưỡng bị bố mẹ bỏ mặc vì bố mẹ nghĩ rằng họ khó có thể góp phần vào sự phát triển của con mình. Một tác động Sinh học (ngủ lịm là do nuôi dưỡng không phù hợp) tạo ra thay đổi sâu sắc trong tác động văn hóa xã hội (dạy dỗ của bố mẹ), đến lượt tác động này ảnh hưởng đến sự phát triển tâm lý (trẻ kém thông minh hơn và kém chú ý hơn).

Để phá vỡ chu kỳ có hại này, số đứa trẻ này cần có một chế độ ăn uống cải thiện. Bố mẹ phải học cách nuôi dưỡng sự phát triển của con và nên được khuyến khích để làm công việc này. Chương trình kết hợp sự bổ sung chế độ ăn uống cùng với các lớp dành cho bố mẹ tạo ra nhiều hứa hẹn trong việc giải quyết tình trạng suy sinh dưỡng (Valenzuela, 1997). Trẻ trong những chương trình này thường theo kiểu bạn đồng tuổi trong phát triển cơ thể và trí năng, cho thấy cách tốt nhất để giảm ảnh hưởng của suy sinh dưỡng đối với tác động tâm lý là bằng cách giải quyết cả hai tác động Sinh học và văn hóa xã hội (Super, Herrera, & Mora, 1990).

HỆ THẦN KINH PHÁT TRIỂN

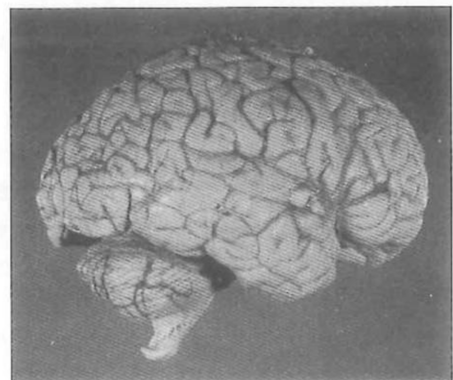
Chúng ta thấy có những thay đổi thể chất của đứa trẻ khi phát triển rất ấn tượng. Hoặc có nhiều thay đổi rất đáng kinh ngạc mà chúng ta không thể nhìn thấy – những thay đổi liên quan đến bộ não và hệ thần kinh. Cảm giác đói hoặc đau của trẻ sơ sinh, mỉm cười hoặc cười ra tiếng, cố ngồi thẳng lưng hoặc cầm đồ lúc lắc, tất cả phản ánh chức năng hoạt động của não và phần còn lại của hệ thần kinh đang phát triển.

Não thực hiện những công việc này như thế nào? Để trả lời câu hỏi này, trước hết chúng ta cần tìm hiểu cách sắp xếp của não. *Đơn vị cơ bản của não và của hệ thần kinh là* tế bào thần kinh, *đó là loại tế bào chuyên nhận và truyền thông tin.* Tế bào thần kinh có các thành phần cơ bản như trong sơ đồ (bên trên). Thể tế bào, *trong tâm tế bào, chứa bộ máy Sinh học cơ bản duy trì sự sống của tế bào thần kinh. Đầu nhận của tế bào thần kinh,* là các đọt nhánh *giống như cái cây có nhiều nhánh.* Cấu trúc này cho phép một tế bào thần kinh nhận đầu vào từ hàng ngàn tế bào thần kinh khác (Morgan & Gibson, 1991). *Cấu trúc hình ống bắt nguồn từ đầu kia của thể tế bào,* sợi trục, *truyền thông tin đến tế bào thần kinh khác. Đầu sợi trục là các u nhỏ gọi là*



mầm cuối *tiết hóa chất gọi là* chất truyền thần kinh. Những chất truyền thần kinh này là chất truyền tin mang thông tin sang tế bào thần kinh kế bên.

Có 50 – 100 tỉ tế bào thần kinh như thế, bạn đang có những khởi đầu của một bộ não người. Não của người lớn, nặng chưa đầy 3 cân Anh, để vừa trong 2 lòng bàn tay, như trong ảnh (bên dưới). *Bề mặt nhăn nhúm của não là* vỏ não, *được hình thành từ 10 tỉ tế bào thần kinh, vỏ não điều tiết nhiều chức năng mà chúng ta nghĩ rằng phải có ở mỗi con người. Vỏ não gồm 2 nửa bên trái và phải, gọi là* hai bán cầu não, *được liên kết bằng một bó tế bào thần kinh dày gọi là* thể chai. Các đặc điểm mà bạn đánh giá nhiều nhất – nhân cách, cách "diễn đạt từ ngữ", hoặc khả năng "đọc hiểu" cảm xúc của người khác – tất cả đều do các vùng cụ thể trong vỏ não kiểm soát. *Chẳng hạn, nhân cách và khả năng hoạch định cũng*



như thực hiện kế hoạch phần lớn tập trung trong một vùng phía trước vỏ não gọi là vỏ não trước. Đối với hầu hết mọi người, khả năng tạo ra ngôn ngữ và hiểu ngôn ngữ phần lớn nằm trong tế bào thần kinh ở bán cầu trái của vỏ não. Khi bạn nhận ra được một người nào đó đang vui hay buồn thì tế bào thần kinh bên bán cầu phải của bạn đang hoạt động.

Lúc này bạn biết cách sắp xếp của bộ não trưởng thành, chúng ta tìm hiểu bộ não phát triển và bắt đầu hoạt động chức năng ra sao.

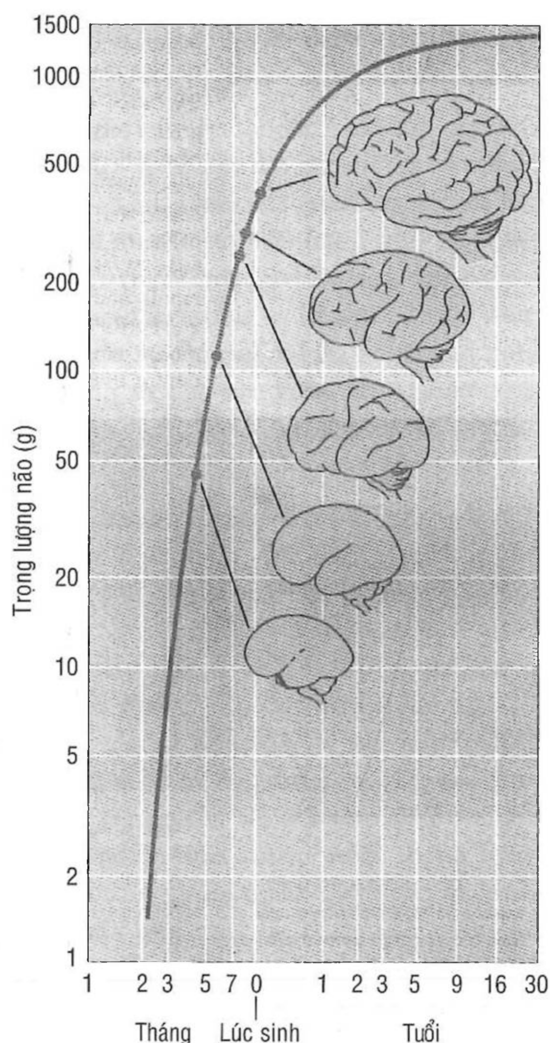
➦ Hình thành bộ não hoạt động

Não chỉ nặng khoảng ¾ cân Anh lúc mới sinh, bằng khoảng 25% trọng lượng não người lớn. Từ hình vẽ (bên phải) bạn nhận thấy não phát triển nhanh trong tuổi ẵm ngửa và những năm trước tuổi đến trường. Khi 3 tuổi, chẳng hạn não đạt đến 80% trọng lượng sau cùng.

Tuy nhiên, trọng lượng bộ não không cho chúng ta biết nhiều về chuỗi thay đổi hấp dẫn diễn ra để tạo ra một bộ não hoạt động. Thay vào đó, chúng ta cần trở về sự phát triển tổ chức khi sinh. *Nếu quan sát một phôi ở khoảng 3 tuần tuổi sau khi thụ thai, bạn sẽ nhìn thấy một nhóm tế bào hình thành một cấu trúc phẳng gọi là* tấm thần kinh. Khoảng 4 tuần, tấm thần kinh gấp lại để tạo ra một ống mở ở hai đầu. Một đầu ống này trở thành tủy sống, đầu kia trở thành não. Ngay sau khi 2 đầu khép lại, tế bào thần kinh được tạo ra trong một vùng nhỏ của ống thần kinh. Việc tạo ra tế bào thần kinh bắt đầu vào khoảng 10 tuần sau khi thụ thai, và khoảng 28 tuần bộ não phát triển gần như có đủ tất cả tế bào thần kinh. Trong những tuần này, tế bào thần kinh hình thành với tỉ lệ không thể tin được với hơn 4.000 tế bào thần kinh mỗi giây (Kolb,1989).

Từ nơi sản xuất tế bào thần kinh trong ống thần kinh, tế bào thần kinh chuyển đến vị trí sau cùng của mình trong não. Não được hình thành theo giai đoạn, bắt đầu bằng các lớp trong cùng. Tế bào thần kinh trong lớp sâu nhất được định vị trước, tiếp theo sau là tế bào thần kinh ở lớp thứ hai và cứ thế tiếp tục.

Quá trình phân lớp này tiếp tục cho đến khi tất cả 6 lớp của bộ não trưởng thành được định vị, thường vào khoảng 7 tháng sau khi thụ thai (Huttenlocher, 1990).



Lemire và người khác, 1975.

Khi tế bào thần kinh đến được vị trí sau cùng của mình trong não, thì sợi trục và tế bào thần kinh của chúng phát triển, tạo ra khớp thần kinh. Thật ngạc nhiên, bộ não tạo ra nhiều tế bào thần kinh và khớp thần kinh hơn mức cần thiết. Bắt đầu sau khi sinh và tiếp tục trong suốt thời thơ ấu và tuổi thanh niên, tế bào thần kinh và khớp thần kinh hiếm khi sử dụng sẽ biến mất hoàn toàn (Greenough & Black, 1992). Não trải qua phiên bản "giảm cấp" của chính mình trong đó loại bỏ các thành phần không cần thiết.

Một thay đổi quan trọng khác là tế bào thần kinh được bọc trong myelin, *một vỏ bọc bằng chất béo giúp tế bào thần kinh truyền thông tin nhanh hơn.* Tốc độ gia tăng từ myelin giống như sự khác nhau giữa đi ôtô và đi máy bay: từ khoảng 6 feet mỗi giây đến 50 feet mỗi giây. Quá trình myelin hóa bắt đầu ở tháng thứ tư trong sự phát triển trước khi sinh và tiếp tục dần đến thời thơ ấu và tuổi thanh niên (Casear, 1993).

Vì não phát triển nhanh như thế, không có gì ngạc nhiên khi bạn biết rằng nhiều vùng trong vỏ não bắt đầu hoạt động chức năng ngay từ đầu đời. Hãy chọn ảnh hưởng đến ngôn ngữ của bán cầu não trái làm minh họa. Khi trẻ bị chấn thương não, thương tổn ở bán cầu não trái của vỏ não thường tạo ra khả năng mất ngôn ngữ nhiều hơn cùng một thương tổn như thế nhưng ở bán cầu não phải của vỏ não (Witelson, 1987). Chẳng hạn, sau khi Martin (trong minh họa là đứa trẻ trước độ tuổi đi học) bị xe tông, bé nói chậm hơn và cân nhắc hơn lúc trước, không có gì ngạc nhiên vì bán cầu trái trong não của Martin đã bị tác động do va chạm. Tin lành cho Martin là trẻ nhỏ phục hồi thương tổn ở não nhanh hơn và hoàn chỉnh hơn người lớn.

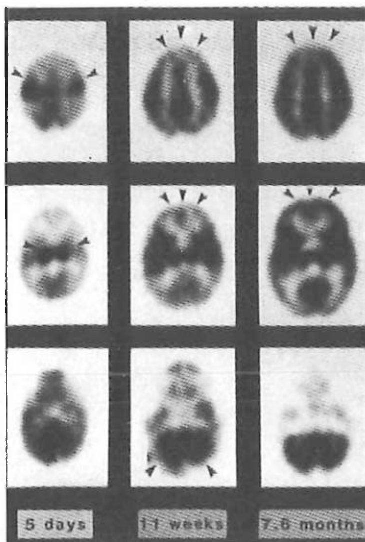
Thật may đối với trẻ, những trường hợp chấn thương não như thế tương đối hiếm. Do đó, các nhà khoa học nghĩ ra các phương pháp khác để nghiên cứu chức năng hoạt động của não ở đứa trẻ khoẻ mạnh. Một tiếp cận như trong ảnh (bên dưới), là việc ghi lại hoạt động đang diễn ra của não. Để làm điều này, người ta ghim một số điện cực kim loại vào da đầu của trẻ. *Kết quả kết hợp của điện cực thu được một mẩu sóng gọi là* điện não đồ – *hoặc gọi tắt là EEG.* Thông thường, bán cầu trái của trẻ sơ sinh tạo ra hoạt động điện để phản ứng với lời nói nhiều hơn bán cầu phải (Molfese & Burger-Judisch, 1991). Rõ ràng lúc mới sinh, bán cầu trái của vỏ não được chuẩn bị cho việc xử lý ngôn ngữ. Như chúng ta nhìn thấy trong chương 4, sự chuyên môn hóa này giúp ngôn ngữ phát triển nhanh trong tuổi ẫm ngửa.

Bán cầu não phải có được chuẩn bị tốt để hoạt động chức năng lúc mới sinh hay không? Đây là câu hỏi khó trả lời, một phần vì bán cầu phải ảnh hưởng đến quá nhiều chức năng khác nhau không phải ngôn ngữ. Ngoài việc nhận biết cảm xúc ra, bán cầu não phải tác động đến việc tìm hiểu quan hệ không gian, nhận biết khuôn mặt và nhận thức âm thanh không phải lời nói chẳng hạn như âm nhạc (Kinsbourne, 1989). Âm nhạc gợi ra hoạt động điện trong bán cầu não phải của trẻ sơ sinh nhiều hơn bán cầu não trái. Các chức năng khác,



chẳng hạn như tìm hiểu quan hệ không gian, và nhận biết khuôn mặt đều do bán cầu não phải kiểm soát ở những năm trước tuổi đến trường (Hahn, 1987).

Vỏ não trước cũng bắt đầu hoạt động chức năng rất sớm. *Phác hoạ vùng hoạt động và năng lượng trong vỏ não trước có thể thực hiện bằng* chụp cắt lớp phóng xạ positron *hoặc chụp PET*. Năng lượng não cần để hoạt động chức năng là glucose, một dạng đường. Tiêu thụ glucose trong các vùng khác nhau của não liên quan với mức hoạt động của não trong những vùng ấy: vùng hoạt động đặc biệt cần nhiều glucose hơn các vùng kém hoạt động. Tiêu thụ glucose trong não được đánh giá bằng cách tiêm chích một dạng glucose phóng xạ vô hại vào trong máu. Mức độ phóng xạ được đo ở các vùng khác nhau trong não cho biết lượng glucose, liên quan với mức hoạt động của não ở những vùng ấy. Ảnh chụp (bên dưới) trong đó máy tính tạo ra các mã màu biểu thị mức hoạt động khác nhau cho biết hoạt động rất nhỏ trong vỏ não trước của bé 5 ngày tuổi. Hoạt động tăng đáng kể khi bé 11 tuần tuổi và đạt mức bằng người lớn khi bé 7 – 8 tháng tuổi (Chugani & Phelps, 1986).



Vỏ não trước điều tiết điều gì trong chụp PET giống như ảnh bên dưới? Hành vi định hướng mục tiêu có cân nhắc là lời dự đoán chính xác. Để tìm hiểu nghiên cứu dẫn đến kết luận này, hãy nghĩ về lúc bạn phải tạo ra sự thay đổi vĩnh viễn trong thói quen thường ngày. Vào đầu niên học mới, có lẽ bạn có tủ đựng quần áo mới, đặt ở lối đi khác nhau trong trường học. Tuy nhiên, trong một số ngày bạn trở xuống lối đi cũ, theo thói quen của năm trước. Để khắc phục điều này, có thể bạn tự nhắc mình đi về lối đi mới chứ không phải lối đi cũ.

Khắc phục phản ứng cũ lúc này không đúng hoặc không phù hợp là một phần quan trọng trong hành vi định hướng mục tiêu có cân nhắc. Người lớn bị thương tổn ở vỏ não trước thường gặp nhiều khó khăn kiềm chế phản ứng không còn thích hợp nữa. Vỏ não trước bắt đầu điều chỉnh những phản ứng không thích hợp như thế lúc 1 tuổi và dần dần đạt đến sự kiểm soát nhiều hơn trong những năm trước tuổi đến trường và những năm đi học (Welsh, Pennington, & Groisser, 1991).

Không những vỏ não trước điều tiết phản ứng cũ, không thích hợp mà còn điều tiết cảm giác vui, buồn, sợ. Bằng cách phân biệt cảm xúc đi kèm với việc tiếp cận hoặc tìm hiểu một kích thích từ như cảm xúc đi kèm với việc tránh hoặc rút lui khỏi kích thích, chúng ta có thể định vị vùng vỏ não trước nơi kiểm soát phản ứng cảm xúc. Ở người lớn, vỏ não trước trái điều tiết cảm xúc bắt nguồn từ khuynh hướng tiếp cận đồ vật, vỏ não trước phải điều tiết cảm xúc bắt nguồn từ sự né tránh.

Những cảm xúc này có được vỏ não trước của trẻ điều tiết hay không? Có. Các nhà khoa học quan sát cảm xúc của trẻ trong khi đo EEG phát hiện rằng trẻ vui thường có hoạt động điện ở vỏ não trái trước nhiều hơn vỏ não phải trước.



> **?** **VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Khi quá vui sướng biết rằng mình đạt điểm cao trong một kỳ thi khó, phần nào trong não bạn hoạt động nhiều nhất?

Bé giận dữ như bé trong ảnh (bên trên) có hoạt động điện ở vỏ não phải trước nhiều hơn (Field và người khác, 1995; Fox, 1991).

Trong mỗi vùng của não mà chúng ta khảo sát, kết luận đều như nhau. Phần lớn đặc điểm để phân biệt của bộ não trưởng thành có thể nhận biết từ đầu đời. Xử lý ngôn ngữ chủ yếu ở trong bán cầu não trái, nhận biết âm thanh không phải tiếng nói và khuôn mặt diễn ra ở bán cầu não phải, và điều tiết cảm xúc và hành vi có chủ tâm là chức năng của vỏ não trước. Dĩ nhiên, sự chuyên môn hóa ban đầu này không có nghĩa là não trưởng thành về mặt chức năng. Trong suốt phần còn lại của thời thơ ấu và tuổi trưởng thành, não tiếp tục chuyên môn hóa nhiều hơn. Trong chương 13, chúng ta nhận thấy một số vùng của não tiếp tục phát triển cho đến tuổi già, trong khi một số vùng khác đôi khi bị bệnh tật cùng với lão hóa phá hỏng.

TỰ KIỂM TRA

1. So sánh với trẻ lớn và người lớn, phần đầu và thân mình của trẻ sơ sinh ______.
2. Vì nhu cầu tăng trưởng cần nhiều năng lượng, trẻ tuổi ẫm ngửa cần ______ calo trên mỗi cân Anh hơn người lớn.
3. Điều trị suy dinh dưỡng hiệu quả nhất là chế độ ăn uống được cải thiện và ______.
4. ______ là một phần của tế bào thần kinh chứa bộ máy cơ bản duy trì sự sống của tế bào.
5. Vỏ não trước là vùng kiểm soát nhân cách và điều tiết ______.
6. Lời nói con người thường gợi ra hoạt động điện nhiều nhất từ ______ của não trẻ.
7. Bằng cách đo mức tiêu thụ glucose, ______ cho biết hoạt động trong vỏ não trước ở trẻ 3 tháng tuổi.
8. Suy dinh dưỡng minh họa ảnh hưởng đến sự phát triển tác động chu kỳ đời sống trong khuôn khổ tâm sinh học xã hội ra sao?

Trả lời: (1) lớn không theo tỉ lệ, (2) nhiều, (3) hướng dẫn bố mẹ, (4) thể tế bào, (5) hành vi định hướng mục tiêu, (6) bán cầu não trái, (7) chụp PET

CỬ ĐỘNG VÀ NẮM BẮT - KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG ĐẦU TIÊN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Thành phần các kỹ năng nào tham gia trong việc tập đi? Trẻ đi thạo ở độ tuổi nào?**
- **Trẻ học cách kết hợp sử dụng hai tay ra sao?**
- **Trưởng thành và kinh nghiệm ảnh hưởng đến sự nắm vững kỹ năng vận động ra sao?**

NANCY *14 tháng tuổi, chỉ biết bò. Cô bé đi đến bất kỳ nơi nào mình muốn bằng tay và đầu gối. Nancy không đi được và có vẻ không quan tâm đến việc tập đi. Bố của Nancy tự hỏi mình nên làm gì để giúp con. Anh luôn lo lắng nghĩ rằng do mình không quan tâm giúp Nancy tập đi nhiều hơn khi còn nhỏ.*

Bạn có nhớ lúc mình học đánh máy, lái ôtô, chơi nhạc cụ hoặc chơi thể thao hay không? *Mỗi hoạt động trong số này đều bao gồm* kỹ năng vận động – *cử động kết hợp của cơ bắp và các chi.* Muốn thành công đòi hỏi phải thực hiện mỗi cử động thật chính xác, theo chuỗi thích hợp và đúng thời điểm. Chẳng hạn, nếu không đủ gió trong bộ ly hợp, máy sẽ hỏng, gió quá nhiều, xe sẽ vọt mạnh về phía trước.

Những hoạt động này đòi hỏi khắt khe đối với người lớn nhưng hãy nghĩ đến những thử thách tương tự đối với trẻ tuổi ẵm ngửa. *Trẻ con tuổi ẵm ngửa phải học cách cử động:* vận động. Lúc đầu không thể cử động một mình được, đứa trẻ phải tập bò, đứng và đi. Một khi đứa trẻ có thể đứng thẳng người trong môi trường thì cánh tay và bàn tay sẽ tự do. Để tận dụng sự sắp xếp này, tay người có các ngón hoàn toàn độc lập (thay vì móng), ngón cái đối lập với 4 ngón còn lại. *Trẻ phải học* kỹ năng vận động tinh vi *kết hợp với việc cầm, nắm và sử dụng đồ vật.* Chẳng hạn, trong trường hợp bú sữa, trẻ tiến bộ từ việc được người khác cho bú cho đến khi cầm bình sữa tự bú, tự ăn bằng muỗng.

Kỹ năng vận động và vận động tinh vi giúp trẻ tiếp cận với nhiều loại thông tin đa dạng về hình dáng, kết cấu và đặc điểm trong môi trường của mình. Trong phần này, chúng ta sẽ tìm hiểu kỹ năng vận động và vận động tinh vi phát triển ra sao, do đó sẽ hiểu được liệu bố của Nancy có nên lo lắng về chuyện con mình không quan tâm đến việc tập đi hay không.

VẬN ĐỘNG

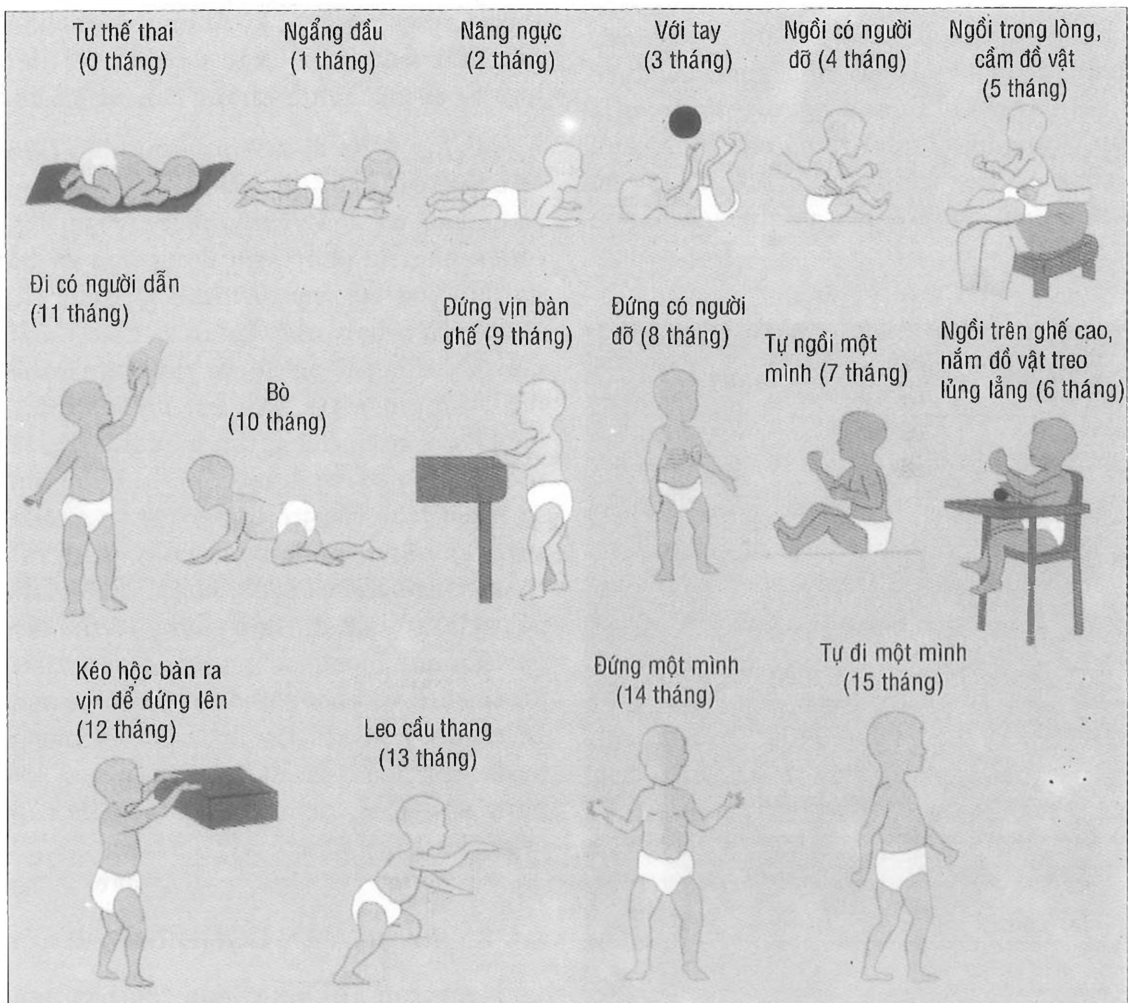
Tiến bộ trong tư thế và vận động làm cho đứa trẻ chuyển biến trong thời gian chưa đến hơn 1 năm. Sơ đồ (trang 129) cho thấy một số cột mốc quan trọng trong sự phát triển vận động và độ tuổi mà hầu hết đứa trẻ đạt được. Khoảng 5 tháng tuổi, hầu hết các bé đều biết lật có thể ngồi thẳng lưng có người đỡ. 7 tháng, trẻ tự ngồi một mình, 10 tháng biết bò, trẻ 14 tháng có thể đứng chựng và bước đi có người đỡ.

Hình thức đi chưa vững này gọi là đi chập chững. Dĩ nhiên, không phải đứa trẻ nào cũng biết đi ở cùng một độ tuổi. Một

số biết đi chưa thôi nôi, số khác như Nancy, trong minh họa chỉ biết bò, bước các bước đầu tiên khi 18 hoặc 19 tháng tuổi. Lúc 24 tháng, hầu hết các đứa trẻ có thể leo cầu thang, bước thụt lùi và đá bóng.

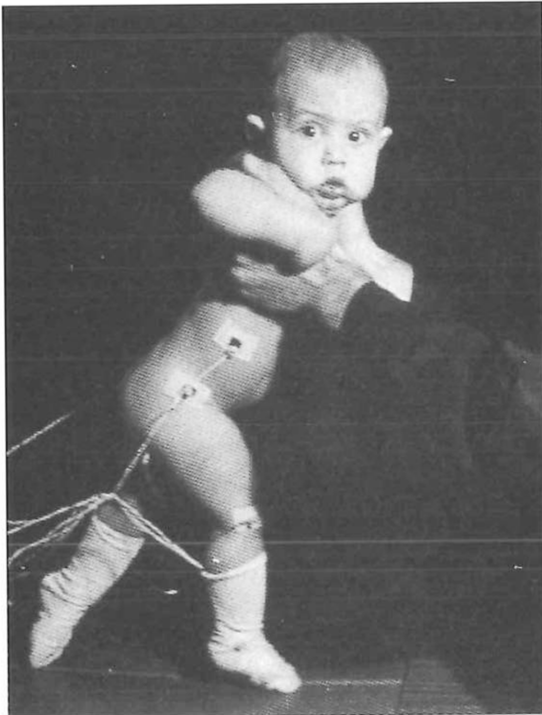
Chuỗi cột mốc này không biện minh cho tính chất đáng chú ý trong thành tích tập đi của đứa trẻ đi bao gồm sự trưởng thành và kết hợp nhiều kỹ năng cần thiết. Chẳng hạn, khả năng duy trì tư thế đứng thẳng là điều cơ bản trong tập đi. Điều này đối với trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ hầu như không thể vì hình dạng cơ thể của đứa trẻ. Do sự phát triển đầu đuôi, đứa trẻ có phần đầu nặng, do đó đứng không vững: khi đứa trẻ mất thăng bằng, té ngã vì phần đầu to nặng của mình. Chỉ khi nào chân và cơ phát triển thì đứa trẻ mới duy trì tư thế đứng thẳng được (Thelen, Ulrich, & Jensen, 1989).

Khi đứa trẻ có thể đứng thẳng, đứa trẻ phải tiếp tục điều chỉnh tư thế để khỏi bị ngã. Lúc 4 tháng tuổi, đứa trẻ có khả năng sử dụng gợi ý từ tai trong để giúp chúng đứng thẳng. Nếu đứa trẻ 4 tuổi được đỡ trong tư thế ngồi và bắt đầu mất thăng bằng thì đứa trẻ vẫn giữ đầu thẳng, sử dụng cơ sau ót. Điều này diễn ra khi bịt mắt đứa trẻ, cho chúng ta biết rằng gợi ý cần thiết là từ tai trong chứ không phải mắt (Woollacott, Shumway-Cook, & Williams, 1989).



Theo Shirley, 1931 và Bayley, 1969.

Một yếu tố quan trọng khác trong tập đi là cử động luân phiên hai chân – thường xuyên chuyển trọng lượng cơ thể từ chân này sang chân kia. Trẻ con không bước tự phát cho đến khoảng 10 tháng tuổi, vì đứa trẻ phải đứng được mới bước được trẻ nhỏ có thể bước nếu được đỡ thẳng đứng hay không? Thelen và Ulrich (1991) nghĩ ra một quá trình thông minh để trả lời câu hỏi này. Đứa trẻ được đặt lên cối xay gió, người lớn giữ trẻ trong tư thế đứng thẳng. Khi dây đai trên cối xay gió bắt đầu chuyển động, đứa trẻ có thể làm một số việc. Đứa trẻ đơn thuần để cho hai chân bị dây đai kéo thụt lùi. Hoặc đứa trẻ để cho dây đai kéo mình một thời gian ngắn, rồi sau đó bước về phía trước cùng với cử động nhảy. Thay vào đó, một số trẻ 3 tháng tuổi và nhiều trẻ 6, 7 tháng tuổi chứng minh mẫu trưởng thành trong bước luân phiên ở mỗi chân như trong ảnh (bên dưới). Thậm chí đáng ngạc nhiên hơn là khi trang bị dây đai riêng cho từng chân trong cối xay gió, di chuyển với tốc độ khác nhau, đứa trẻ điều chỉnh, bước nhanh hơn khi dây đai di chuyển nhanh. Rõ ràng, cử động bước luân phiên là yếu tố quan trọng đối với việc tập đi đã có trước khi đứa trẻ có thể tự đi một mình.



Các phát hiện như thế này nhắc chúng ta nhớ rằng mỗi cột mốc vận động khác nhau – từ tập ngồi cho đến tập đi – không phải là một sự kiện đơn nhất. Tập đi là một hệ thống hoạt động động đòi hỏi phải kết hợp nhiều kỹ năng (Thelen, 1996). Kỹ năng này phải thành thạo rồi mới kết hợp với kỹ năng khác, vốn là nguyên tắc phát triển vận động chung (Werner, 1948). *Nghĩa là thành thạo cử động phức tạp bao gồm cả* sự phân biệt *cử động riêng và sự* kết hợp *của chúng thành một tổng thể mạch lạc, hoạt động.* Trong trường hợp tập đi, cho đến 12 – 15 tháng mới kiểm soát kỹ năng thành phần đạt đến mức chính xác để đứa trẻ kết hợp tự đi một mình không cần người đỡ.

Những bước đi ngập ngừng đầu tiên tiếp theo sau bằng các bước khác khéo hơn. Đi kết hợp với nhảy, chạy, bước cách quãng, nhiều phương pháp vận động làm cả bố mẹ lẫn con đều vui (Whitall & Getchell, 1995). Nếu bạn nhớ lại cảm giác thoải mái khi nhận bằng lái xe thì bạn có thể hình dung đứa trẻ tuổi ẫm ngửa và đứa trẻ biết đi chập chững tìm hiểu thê giới ra sao khi đứa trẻ tự đi một mình. Phần lớn sự nhiệt tình của trẻ con trong việc phát triển kỹ năng vận động là vì kỹ năng rất có ích (Biringen và người khác, 1995). Lúc này đứa trẻ biết đi chập chững có thể lấy đồ vật mình mong muốn như đồ chơi, thức ăn và sách vở không phải nhờ đến bố mẹ. Dĩ nhiên, một khi lấy được đồ vật mong muốn thì phải cần đến một tập hợp kỹ năng vận động khác. Chúng ta sẽ đề cập đến những kỹ năng này.

KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG TINH VI

Ngay sau khi sinh, đứa trẻ bắt đầu dùng tay nắm lấy đồ vật (Karniol, 1989).

Ban đầu, đứa trẻ chỉ sử dụng một tay, trước tiên nắm lấy đồ vật rồi sau đó quẳng đi. Khi 3 tháng, đứa trẻ thực hiện cử động phức tạp hơn, chẳng hạn như cầm đồ chơi lắc. Khi 4 tháng, đứa trẻ sử dụng hai tay. Lúc đầu, những cử động này không kết hợp như thể mỗi tay hoạt động rời rạc. Có thể nắm lấy đồ chơi bằng tay này trong khi tay kia lúc lắc lục lạc. Tuy nhiên, đứa trẻ ít lâu sau sử dụng cả hai tay trong hành động chung chẳng hạn như cầm đồ chơi to (Eppler, 1995).

Khoảng 5 tháng tuổi, đứa trẻ có thể kết hợp cử động của bàn tay. Lúc này bàn tay có thể thực hiện các hành động khác nhau phục vụ một mục tiêu chung. Minh họa điển hình là dùng tay này nắm đồ vật trong khi tay kia sử dụng đồ vật ấy. Trẻ con cầm thứ đồ chơi ở tay phải trong khi dùng tay trái vuốt ve (Kimmerle, Mick, & Michel, 1995).

Những thay đổi dần dần này trong sự kết hợp vận động tinh vi được minh họa bằng cách đứa trẻ tự bú sữa. Vào khoảng 6 tháng tuổi, nhiều đứa trẻ thử "dùng tay cầm thức ăn" chẳng hạn như chuối và bánh đậu xanh thái mỏng. Trẻ con dễ dàng cầm những thức ăn như thế, nhưng đưa thức ăn vào miệng là một chuyện khác. Tay cầm thức ăn đưa cao lên gò má rồi sau đó chuyển xuống khóe miệng, sau cùng đưa vào miệng. Nhiệm vụ đã xong, nhưng phải đi đường vòng! Tuy nhiên, sự kết hợp mắt/tay của của trẻ con cải thiện thật nhanh, thức ăn khác nhau về hình dạng, kích thước và cấu trúc nhanh chóng được đưa thẳng vào miệng.

Khoảng 1 tuổi, nhiều phụ huynh cho con ăn bằng muỗng. Lúc đầu trẻ đùa nghịch, cắm muỗng sâu vào thức ăn hoặc ngậm muỗng không. Ít lâu sau đứa trẻ biết dùng muỗng múc đầy thức ăn và đưa vào miệng, nhưng cử động rất lúng túng. Chẳng hạn, hầu hết trẻ con 1 tuổi múc bằng cách cắm muỗng vào thức ăn. Sau đó đứa trẻ hạ thấp muỗng cho đến khi muỗng đầy. Trái lại, đứa trẻ 2 tuổi thường dùng muỗng múc thức ăn bằng cách xoay tròn cổ tay như người lớn.

Kỹ năng vận động tinh vi tiếp tục phát triển cho đến khỏi tuổi ẵm ngửa. Hầu hết trẻ con 18 tháng tuổi có thể dùng bút chì viết nguệch ngoạc và chơi hình khối lắp ghép. Trong những năm trước tuổi đến trường, đứa trẻ học cách vẽ hình học đơn giản và cơ thể con người (Frankenburg & Dobbs, 1969). Ít lâu sau, đứa trẻ sử dụng kéo thành thạo, gài nút áo và buộc dây giầy.

Mỗi hành động trong số này minh họa nguyên tắc phân biệt và kết hợp được giới thiệu trong phần thảo luận vận động. Hoạt động phức tạp bao gồm nhiều cử động cấu thành. Mỗi hoạt động phải được thực hiện chính xác và theo chuỗi thích hợp. Sự phát triển bao gồm việc nắm vững các yếu tố riêng biệt rồi sau đó kết hợp chúng thành một tổng thể hoạt động chức năng trôi chảy.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Việc tập nhảy lò cò mô tả sự phân biệt và kết hợp kỹ năng vận động ra sao?

Tính thuận tay

Bạn thuận tay phải hay tay trái? Nếu thuận tay phải, bạn thuộc về đa số. Khoảng 90% con người trên thế giới thích sử dụng tay phải mặc dù con số này có hơi thay đổi từ nơi này sang nơi khác, phản ánh ảnh hưởng văn hóa. Hầu hết 10% còn lại đều thuận tay trái, và một tỉ lệ phần trăm tương đối nhỏ thuận cả hai tay.

Việc thích dùng tay này hơn tay kia chỉ thấy rõ sau khi đứa trẻ được 1 tuổi. Chẳng hạn, hầu hết trẻ con 6 đến 9 tháng

tuổi sử dụng tay phải và tay trái luân phiên (McCormick & Maurer, 1988). Đứa trẻ dùng tay trái lắc lục lạc nhưng sau đó dùng tay phải lượm đồ chơi lắp ghép.

Tính thuận tay thấy rõ sau khi đứa trẻ 1 tuổi được minh họa trong một nghiên cứu trong đó trẻ tuổi ẵm ngửa và trẻ biết đi chập chững được quay video khi chơi đồ chơi có thể sử dụng cả hai tay như bánh xe con ki (Cornwell, Harris, & Fitzgerald, 1991). Trẻ con 9 tháng tuổi dùng tay trái và tay phải như nhau. Tuy nhiên, khi 13 tháng tuổi, hầu hết trẻ tuổi ẵm ngửa và trẻ biết đi chập chững có hành động giống như trẻ trong ảnh (bên dưới): trước tiên dùng tay phải cầm đồ chơi sau đó tay trái giữ đồ chơi trong khi tay phải táy máy tìm hiểu.

Việc thích dùng một tay rõ nét hơn và thường xuyên hơn trong suốt những năm trước tuổi đến trường. Vào lúc đứa trẻ chuẩn bị vào mẫu giáo, thì tính thuận tay đã được xác lập và khó thay đổi (McManus và người khác, 1988).

Liệu trẻ con thuận tay trái hay tay phải có phải một phần do di truyền hay không (Corballis, 1997). Bố mẹ đều thuận tay phải thường sinh con thuận tay phải. Đứa trẻ thuận tay trái thường có bố mẹ hoặc ông bà thuận tay trái. Nhưng kinh nghiệm cũng góp phần cho tính thuận tay.



Nhiều khía cạnh trong các nền văn hóa công nghiệp hiện đại thiên về tính thuận tay phải. Bàn học, kéo, đồ khui chẳng hạn được thiết kế cho người thuận tay phải, nên người thuận tay trái sử dụng rất khó. Trong một số nền văn hóa, các giá trị xã hội ảnh hưởng đến tính thuận tay. Đạo Hồi dạy rằng tay trái không sạch sẽ, cấm dùng tay trái trong ăn uống và chào người khác. Viết bằng tay trái là điều cấm kỵ ở Trung Quốc, vì thế hầu như không có trẻ em người Hoa nào viết bằng tay trái. Tuy nhiên, khi con của bố mẹ người Hoa lớn lên trong các nền văn hóa khác không có sự ngăn cấm này thì khoảng 10% viết bằng tay trái, con số thông thường trên khắp thế giới (Harris, 1983). Ở Mỹ, giáo viên tiểu học khuyến khích trẻ thuận tay trái sử dụng tay phải, khi thông lệ này biến mất trong 50 năm qua thì tỉ lệ trẻ thuận tay trái tăng dần (Levy, 1976). Vì thế, tính thuận tay trông có vẻ liên quan đến tác động Sinh học (di truyền) cùng với tác động văn hóa xã hội (giá trị và kinh nghiệm xã hội).

CẢ TRƯỞNG THÀNH LẪN KINH NGHIỆM ẢNH HƯỞNG ĐẾN KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG

Đối với kỹ năng vận động và vận động tinh vi, bức tranh toàn cảnh giống hệt nhau. Kỹ năng vận động của trẻ con phát triển nhanh trong năm đầu khi thành thạo kỹ năng cơ bản, những kỹ năng này kết hợp với kỹ năng khác để tạo ra nhiều hành vi thậm chí phức tạp hơn. Các thay đổi mà chúng ta đang quan sát chủ yếu có phải do trưởng thành hay không? Chúng ta có quan sát sự phơi bày dần dần kỹ năng ít lệ thuộc vào tập luyện, đào tạo hoặc kinh nghiệm hay không? Theo như bạn nghĩ, cả trưởng thành lẫn kinh nghiệm đều góp phần.

Chúng ta bắt đầu bằng tác động của sự trưởng thành đối với sự phát triển vận

động được dẫn chứng bằng tư liệu. Chuỗi phát triển vận động mà chúng ta mô tả cho kỹ năng vận động và vận động tinh vi đều có ở hầu hết các nền văn hóa. Nghĩa là, mặc dù có sự khác biệt rất lớn trong việc nuôi con ở các nền văn hóa nhưng sự phát triển vận động diễn ra như nhau với cùng mức độ trên khắp thế giới.

Điểm chung này được minh họa trong một nghiên cứu kinh điển ở trẻ con Hopi do Dennis và Dennis (1940) thực hiện. Theo truyền thống, trẻ con trong văn hóa Hopi được đặt trong nôi như trong ảnh chụp (bên phải). Nôi không cho đứa trẻ cử động chân tay, lật hay ngồi dậy. Đứa trẻ bú sữa rồi ngủ trong khi được giữ chặt trong nôi, người ta đưa đứa trẻ ra khỏi nôi khi thay đồ. Thông lệ này bắt đầu từ lúc mới sinh và tiếp tục trong ba tháng đầu. Trong một số tháng kế tiếp, có lúc đứa trẻ được ra khỏi nôi, tự do cử động, và cứ tăng dần nhưng gần như trong suốt năm đầu đứa trẻ ngủ trong nôi và cứ ở yên trong nôi cho dù đã thức.

Rõ ràng, nôi hạn chế sự vận động của đứa trẻ trong suốt năm đầu – thời gian mà các đứa trẻ khác tập ngồi, bò. Tuy nhiên, đứa trẻ trong nghiên cứu này tập đi khi 15 tháng tuổi – khoảng cùng độ tuổi như số trẻ con Hopi khác được bố mẹ chấp nhận giá trị phương Tây, nuôi dưỡng và không sử dụng nôi nữa.

Hơn 40 năm sau, câu chuyện vẫn như cũ. Chisholm (1983) nghiên cứu trẻ con Navajo, phần lớn ở tuổi ẵm ngửa đều nằm trong nôi. Đứa trẻ cũng tập đi ở cùng độ tuổi như đứa trẻ có bố mẹ không dùng nôi.

Trong cả hai nghiên cứu này môi trường hạn chế giảm đáng kể cơ hội thực hành không có ảnh hưởng thấy rõ đối với độ tuổi mà đứa trẻ bắt đầu tập đi. Điều này cho thấy việc định thời gian cho bước đi đầu tiên của đứa trẻ được xác định bằng thời biểu gien cơ bản hơn là bằng kinh nghiệm hoặc thông lệ cụ thể. Vì thế, bố mẹ lo lắng khi con chỉ biết bò



trong phần minh họa đầu chương không cần lo, sự phát triển vận động của bé hoàn toàn bình thường.

Trưởng thành và kinh nghiệm dĩ nhiên không phải loại trừ lẫn nhau. Vấn đề mà trưởng thành chứng tỏ tác động đến sự phát triển vận động không ngụ ý rằng kinh nghiệm không đóng vai trò. Thật ra, thông lệ và tập luyện thực sự ảnh hưởng đến sự thành thạo kỹ năng vận động của đứa trẻ. Ở đây, có nhiều nghiên cứu về các nền văn hóa khác. Trong một số nước châu Phi, trẻ con tập thể dục mỗi ngày, trẻ con tập đi dưới sự dìu dắt của bố, mẹ hoặc anh chị em ruột. Ngoài ra, nhiều đứa trẻ được mẹ địu trên lưng như trong ảnh (trang 134) giúp phát triển cơ thân mình và chân của đứa trẻ. Rõ ràng vì kinh nghiệm như thế, những đứa trẻ này đôi khi biết đi trước nhiều tháng (Super, 1981).

Ảnh hưởng của những kinh nghiệm này thường cụ thể đối với các nhóm cơ cụ thể. Bạn không nghĩ rằng việc tập đá quả bóng bầu dục mỗi ngày sẽ giúp cải thiện môn đánh golf của mình. Tương tự, đứa trẻ tập luyện tập trung vào một kỹ năng vận động thường không cải thiện đối với các kỹ năng khác. Điều này được chứng minh qua thí nghiệm trong đó các nhà khoa học tập cho trẻ con một kỹ năng,



sau đó kiểm tra đứa trẻ ở một kỹ năng khác mà đứa trẻ chưa được tập luyện. Nghiên cứu của Zelazo và đồng nghiệp (1993) ở trẻ con 6 tuần tuổi minh họa hiện tượng này. Một số đứa trẻ tập luyện mỗi ngày với sự giúp đỡ của bố mẹ, đứa trẻ tập đi. Số trẻ con khác cũng tập ngồi mỗi ngày. Sau khi tập 7 tuần, những đứa trẻ này cũng nhóm đứa trẻ kiểm soát không được tập được kiểm tra khả năng bước và ngồi. Biểu đồ (bên dưới) thể hiện rõ. Đối với cả bước lẫn ngồi, kỹ năng của đứa trẻ được cải thiện khi đứa trẻ tập luyện. Khi đứa trẻ cử động kiểm tra kỹ năng mà đứa trẻ không được tập luyện, thì đứa trẻ không thực hiện tốt hơn số đứa trẻ trong nhóm kiểm soát. Rõ ràng, tác động của việc tập luyện kỹ năng vận động rất cụ thể chứ không chung chung.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

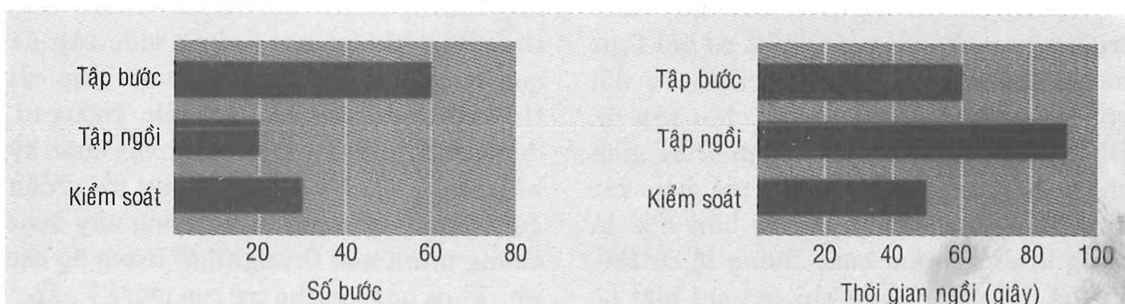
Các đặc điểm vận động nào hỗ trợ quan điểm xem sự phát triển như một quá trình phổ biến? Các đặc điểm nào hỗ trợ quan điểm xem phát triển như một quá trình cụ thể trong từng bối cảnh?

Kinh nghiệm thậm chí quan trọng hơn trong hoạt động phức tạp, trong đó kỹ năng riêng biệt phải được kết hợp thành chuỗi thích hợp và được định thời điểm thích hợp. Phần lớn trò chơi trẻ con thích chẳng hạn như pat-a-cake và peek-a-boo, đều bao gồm hoạt động phức tạp. Thành thạo những trò chơi này tùy vào số lượng kinh nghiệm quan trọng chẳng hạn như quan sát đứa trẻ khác chơi, tập chơi với bạn khác khéo hơn và nhận được thông tin phản hồi khi sai phạm (Ferrari, 1996). Kinh nghiệm thuộc loại này hình thành trên những thay đổi trưởng thành giúp đứa trẻ có được một dải hành vi vận động: đá bóng bầu dục, chơi đàn dương cầm, giao tiếp với người lãng tai, hoặc như trong phần Bạn có thể ngạc nhiên, tập đi vệ sinh.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: TẬP ĐI VỆ SINH



Tập đi và ăn bằng muỗng là những cột mốc chắc chắn quan trọng của tuổi ẵm ngửa, nhưng nhiều bố mẹ háo hức trông đợi ngày thay tã cuối cùng! (Trung bình mỗi ngày thay 5 tã, trong 2,5 năm thay hơn 4500 tã!) bố mẹ và con cái rất tự



hào khi đứa trẻ biết tự mình vệ sinh lấy. Tập thay đồ là dấu hiệu cho biết đứa bé đã "lớn".

Ngày nay, khoảng 50% trẻ em Mỹ 2 tuổi nhưng khoảng gần 90% trẻ 4 tuổi có thể tự đi tiểu vào ban ngày. Tự đi tiểu vào ban đêm chậm hơn vài tháng (Erickson, 1987).

Kiểm soát bàng quang và ruột bao gồm điều chỉnh cơ bắp bao quanh khe hở của những cơ quan này đứa trẻ tập kỹ năng vận động quan trọng nhất này như thế nào? Hầu hết trẻ con tập được bằng sự kết hợp quan sát người khác, hướng dẫn trực tiếp của bố mẹ, và thật không may, bằng thử nghiệm và sai sót. Một tiếp cận phổ biến do Nathan Azrin và Richard Foxx nghĩ ra được mô tả trong quyển Toilet Training in Less than a Day (1974). Azrin và Foxx dựa vào thuyết tập quen, mà chúng ta mô tả trong Chương 1. Họ lập luận rằng các nguyên tắc tập quen cơ bản, bao gồm bắt chước, thông tin phản hồi và phần thưởng có thể sử dụng để tập đứa trẻ đi vệ sinh. Trong chương trình này, trước tiên đứa trẻ phải thể hiện sự sẵn sàng tập đi vệ sinh. Dấu hiệu cần thiết là:

1. Kiểm soát bàng quang: đứa trẻ phải khô ráo vài tiếng, sau đó đi tiểu nhiều.

2. Trưởng thành cơ thể: đứa trẻ cầm đồ vật dễ dàng, bước đi dễ dàng (không cần bố mẹ đỡ, ít ngã).

3. Sẵn sàng làm theo hướng dẫn: Trẻ sẵn sàng đáp lại các yêu cầu và mệnh lệnh đơn giản (chẳng hạn ngồi xuống, bắt chước, mang đồ vật).

Trẻ trải qua tất cả kiểm tra này có thể sẵn sàng tập đi vệ sinh bao gồm một số bước:

1. Bố mẹ sử dụng búp bê đái dầm để hướng dẫn chuỗi liên quan trong việc sử dụng nhà vệ sinh (chẳng hạn cởi quần, ngồi bô, tiểu).
2. Đứa trẻ học cách phân biệt quần khô và ướt, nếu quần khô được khen và được thưởng một ly thức uống ngọt (do đó giúp trẻ có nhiều cơ hội đi tiểu hơn).
3. Khoảng mỗi 15 phút bảo trẻ ngồi bô, khuyến khích trẻ ngồi im để tiểu. Khi trẻ tiểu xong, bố mẹ tỏ dấu hiệu hài lòng bằng lời và không bằng lời (chẳng hạn gật gù, mỉm cười, vỗ tay) rồi thưởng.

Đây chỉ là phác họa chương trình. Khái niệm cơ bản là trẻ con phải học cách phản ứng vận động cụ thể khi có một kích thích riêng biệt. Bắt chước được sử dụng để minh họa những gì mong muốn, thưởng, thông tin phản hồi và tập luyện giúp đứa trẻ quen phản ứng. Theo như tên gọi, hầu hết trẻ con học theo cách này chưa đầy 24 tiếng đều biết rõ những điểm cần thiết trong tập đi vệ sinh.

TỰ KIỂM TRA

1. Khi đứa trẻ 4 tháng tuổi đang ngồi té ngã, đứa trẻ thường cố giữ đầu thẳng. Điều này xảy ra khi bịt mắt trẻ, có nghĩa là gợi ý thăng bằng quan trọng phát xuất từ _____.
2. Khi đứa trẻ 6 và 7 tháng tuổi được người lớn giữ thẳng người và đặt lên cối xay gió thì đứa trẻ ______.
3. Akira sử dụng cả hai tay cùng lúc, nhưng không phải theo kiểu kết hợp, mỗi tay trông có vẻ "làm việc riêng". Akira có thể ______ tháng tuổi.
4. Trước ______ tuổi, đứa trẻ không biểu hiện tính thuận tay, đứa trẻ dùng tay trái và tay phải luân phiên.
5. So với đứa trẻ được nuôi dưỡng trong môi trường ít hạn chế hơn, đứa trẻ được nuôi dưỡng trong nôi tập đi ______.
6. Hãy mô tả sự thành thạo kỹ năng vận động tinh vi chẳng hạn như tập cách dùng muỗng hoặc bút chì minh họa sự kết hợp các tác động sinh học, tâm lý học và văn hóa xã hội trong khuôn khổ tâm sinh học xã hội như thế nào.

Trả lời: (1) tai trong, (2) thể hiện mẫu trưởng thành cử động hai chân luân phiên, (3) 4, (4) một tuổi, (5) khoảng cùng độ tuổi.

TÌM HIỂU THẾ GIỚI: NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa có thể ngửi, nếm và biết đau hay không?**
- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa biết nghe hay không? Đứa trẻ sử dụng âm thanh để định vị đồ vật ra sao?**
- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa thấy tốt ra sao? Đứa trẻ có thấy màu sắc và chiều sâu hay không?**
- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa kết hợp thông tin giữa các mô thức nhận cảm khác nhau chẳng hạn giữa nghe và nhìn như thế nào?**

DARLA *mê mẩn đứa con gái mới sinh, Olivia. Darla thích ẵm Olivia, trò chuyện với bé, luôn ngắm nhìn bé. Darla chắc chắn rằng Olivia cũng nhận biết cô, biết khuôn mặt và giọng nói của cô. Chồng Darla là Steve nghĩ rằng cô điên: "Mọi người biết rõ em bé mới sinh đều mù, có lẽ cũng không nghe được gì cả". Darla không tin Steve và muốn có người cho cô biết sự thật về khả năng nghe nhìn của bé Olivia.*

Để trả lời câu hỏi của Darla, chúng ta cần xác định đối với một đứa trẻ ở tuổi ẵm ngửa cảm nhận thế giới có ý nghĩa gì. Con người có một số loại cơ quan nhận cảm, mỗi cơ quan tiếp nhận một loại năng lượng vật lý khác nhau. Chẳng hạn, võng mạc sau mắt nhạy cảm với một số loại năng lượng điện từ, kết quả là nhìn. Màng nhĩ phát hiện thay đổi trong áp suất không khí, kết quả là nghe. Tế bào ở phần trên cùng xoang mũi phát hiện các phần tử không khí đi vào mũi, kết quả là ngửi. Trong mỗi trường hợp, cơ quan nhận cảm chuyển kích thích vật lý thành xung thần kinh rồi gửi đến não. *Quá trình não tiếp nhận, chọn lọc, sửa đổi và sắp xếp những xung này gọi là* nhận thức. Đây là bước đầu tiên trong quá trình tích lũy thông tin phức tạp sau cùng dẫn đến kết quả "biết".

Câu hỏi của Darla thực ra liên quan đến kỹ năng nhận thức của đứa con gái mới sinh. Cuối phần này, bạn có thể trả lời câu hỏi của cô vì chúng ta đang tìm hiểu trẻ sử dụng các giác quan khác nhau của mình để cảm nhận thế giới ra sao. Chúng ta bắt đầu bằng ngửi và nếm, thường gọi là giác quan hóa học vì chúng thuộc số giác quan trưởng thành nhất khi sinh.

NGỬI VÀ NẾM

Trẻ sơ sinh khứu giác rất nhạy. Đứa trẻ phản ứng tích cực đối với các mùi dễ chịu nhưng tiêu cực đối với các mùi khó chịu. Đứa trẻ có sự thể hiện trên nét mặt thư giãn, trông có vẻ hài lòng khi ngửi mùi mật ong hoặc sô-cô-la nhưng nhăn mặt, cau mày, hoặc ngoảnh đi khi ngửi mùi trứng thối hoặc nước tiểu (Maurer & Maurer, 1988). Đứa trẻ cũng dùng mùi để nhận biết mẹ. Chẳng hạn đứa trẻ 2 tuần tuổi nhìn theo hướng bông gòn tẩm mùi



lấy từ vú mẹ. Đứa trẻ cũng nhìn theo hướng bông gòn tẩm nước hoa của mẹ (Porter và người khác, 1991; Schleidt & Genzel, 1990).

Trẻ cũng có vị giác phát triển. Trẻ con phân biệt vị mặn, chua, đắng và ngọt (Crook, 1987). Hầu hết trẻ sơ sinh trông có vẻ có "răng ngọt" – trẻ con phản ứng với các chất ngọt bằng cách mỉm cười, bú mút và liếm môi. Trái lại, bạn có thể đoán đứa trẻ trong ảnh (bên trên) nếm được vị gì! Nhăn mặt là điều thường gặp khi trẻ con ăn chất đắng hoặc chua (Kaijura, Copwart, & Beauchamp, 1992). Trẻ con cũng nhạy cảm với các thay đổi khi nếm sữa mẹ thể hiện chế độ ăn uống của mẹ. Trẻ con sẽ bú nhiều hơn sau khi mẹ ăn nhiều chất ngọt như vanilla (Mennella & Beauchamp, 1996).

Tính nhạy cảm ban đầu này đối với mùi và vị rất đáng giá đối với trẻ. Nuôi trẻ được đơn giản hóa vì trẻ con thích mùi và vị đi kèm với thức ăn và tính nhạy cảm đối với mùi và vị giúp trẻ con nhận biết mẹ.

SỜ VÀ ĐAU

Trẻ sơ sinh rất nhạy cảm với sự va chạm. Như bạn nhớ lại từ phần đầu của chương này, nhiều vùng trên cơ thể của trẻ sơ sinh phản ứng theo kiểu phản xạ khi người khác chạm tay vào. Chạm tay vào gò má, miệng, bàn tay hoặc bàn chân của trẻ con tạo ra cử động phản xạ cho thấy trẻ con nhận biết xúc giác.

Nếu đứa trẻ phản ứng với sự chạm tay thì điều này có nghĩa là đứa trẻ ấy biết đau phải không? Thật khó trả lời vì đau có một yếu tố chủ quan. Cùng một kích thích gợi đau khiến một số người lớn hơi khó chịu nhưng làm một số người khác nổi cơn thịnh nộ. Dĩ nhiên, trẻ con không thể bày tỏ cảm giác đau trực tiếp với chúng ta, vì thế kết luận của chúng ta về cảm giác đau của trẻ con dựa trên chứng cứ gián tiếp.

Hệ thần kinh của trẻ con chắc chắn có khả năng truyền thông tin đau: Thụ quan đau trong da ở trẻ con có rất nhiều giống như ở người lớn (Anand & Hickey, 1987). Ngoài ra, hành vi của trẻ khi phản ứng với các kích thích gợi đau cũng cho thấy trẻ có cảm giác đau. Chẳng hạn hãy quan sát trẻ trong ảnh (trang 138) đang được tiêm chủng. Chân mày kéo xuống, môi phình ra, miệng mở to để khóc. Mặc dù không thể nghe trẻ con khóc nhưng âm thanh trong tiếng khóc này có lẽ là mẫu độc đáo đi kèm với cảm giác đau. Tiếng khóc diễn ra thật nhanh, âm sắc cao, khó dỗ nín. Đứa trẻ bồn chồn, cử động hai bàn tay, cánh tay và chân (Craig & colleagues, 1993). Những dấu hiệu này kết hợp lại cho thấy chắc chắn trẻ có cảm giác đau.

Tính nhạy cảm đối với sự chạm tay và đau như thế thật có ích khi duy trì sự tiếp xúc với người chăm sóc, nhất là mẹ và trong việc giúp trẻ tránh kích thích nguy hiểm.



NGHE

Bạn có nhớ trong chương 2, các bà mẹ đọc to chuyện *The Cat in the Hat* khi gần sinh hay không? Nghiên cứu này chứng minh rằng thai có thể nghe được vào khoảng 7 hoặc 8 tháng sau khi thụ thai. Theo bạn nghĩ từ những kết quả này, trẻ sơ sinh thường phản ứng với âm thanh trong môi trường xung quanh. Nếu bố mẹ đang làm thinh, rồi ho, trẻ sẽ giật mình, nháy mắt, chân tay cử động. Những phản ứng này trông có vẻ tự nhiên nhưng thật ra cho biết trẻ nhạy cảm với âm thanh.

Nói chung, người lớn nghe rõ hơn trẻ. Người lớn có thể nghe một số âm thanh rất khẽ mà trẻ không nghe được. Thú vị hơn, trẻ con nghe rõ âm thanh có âm sắc trong dải tiếng nói của con người – âm sắc không quá cao cũng không quá thấp. Trẻ con có thể phân biệt âm thanh trong lời nói chẳng hạn nguyên âm với phụ âm và khoảng 4 1/2 tháng, trẻ con nhận biết tên mình (Mandel, Jusczyk, & Pisoni, 1995; Jusczyk, 1995).

Ngoài việc mang thông tin bằng từ ngữ hoặc âm nhạc, âm thanh còn tiết lộ nhiều về nguồn gốc. Khi chúng ta nghe một người nói chuyện, âm sắc trong lời nói có thể dùng để đánh giá độ tuổi và giới tính của người nói, nếu lời nói có âm thanh âm sắc tương đối thấp thì người nói có thể là nam. Âm lượng trong lời nói cho chúng ta biết về khoảng cách của người nói, nếu không thể nghe được thì người nói đang ở rất xa. Sự khác biệt về thời gian mà âm thanh cần đến để đi đến tai trái và tai phải cho chúng ta biết vị trí của người nói, nếu âm thanh đến cùng lúc thật chính xác thì người nói phải ở ngay phía trên hoặc ngay phía sau chúng ta.

Thậm chí trẻ con có thể lọc lấy nhiều thông tin này trong âm thanh. Trẻ con có thể phân biệt nhiều âm thanh có âm sắc khác nhau, trẻ con 6 tháng tuổi phân biệt chính xác như người lớn (Spetner & Olsho, 1990). Trẻ con cũng có khả năng phân biệt âm thanh trong lời nói, chẳng hạn âm thanh nguyên âm và phụ âm khác nhau (chủ đề chúng ta khảo sát chi tiết hơn trong Chương 4).

Như người lớn, trẻ con dùng âm thanh để định vị đồ vật, hướng về nguồn tạo ra âm thanh (Morrongiello, Fenwick, & Chance, 1990). Trẻ con cũng dùng âm thanh để xác định đồ vật ở gần hay xa. Trong một nghiên cứu (Clifton, Perris, & Bullinger, 1991), trẻ con 7 tháng tuổi được cho nhìn thấy lục lạc. Kế đến, những người làm thí nghiệm tắt đèn, rung lục lạc, cách đứa trẻ 6 inch hoặc khoảng 2 feet. Trẻ con thường với tay về phía lục lạc trong phòng tối khi lục lạc cách trẻ 6 inch, nhưng không với tay khi lục lạc cách đứa trẻ 2 feet. Những trẻ 7 tháng tuổi này hoàn toàn có khả năng sử dụng âm thanh để ước lượng khoảng cách – trong trường hợp này, đứa trẻ không thể phân biệt đồ chơi mình có thể với đến.

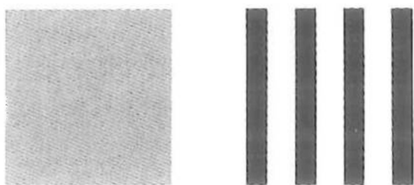
Vì thế, khoảng 6 tháng tuổi, trẻ con phản ứng với phần lớn thông tin được cung

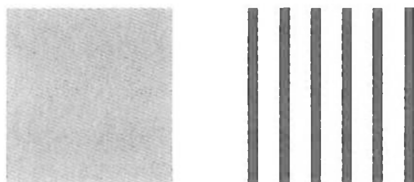
cấp bằng âm thanh. Trong chương 4, chúng ta sẽ có cùng kết luận khi khảo sát nhận thức âm thanh liên quan ngôn ngữ.

NHÌN

Nếu bạn đã từng quan sát trẻ con, có lẽ bạn nhận thấy phần lớn thời gian trẻ con thức là để quan sát xung quanh. Đôi khi trông có vẻ nó đảo mắt nhìn quanh môi trường và đôi khi trông có vẻ tập trung nhìn đồ vật gần bên. Kết quả đứa trẻ ấy nhìn thấy gì? Có lẽ thế giới thị giác của trẻ con là một biển đốm màu xám lẫn lộn. Hoặc có thể đứa trẻ ấy nhìn thế giới giống như người lớn. Thật ra, không có mô tả nào hoàn toàn chính xác, nhưng mô tả thứ hai gần đúng hơn.

Các yếu tố khác nhau trong hệ thống thị giác – mắt, tế bào thần kinh thị giác và não – tương đối phát triển tốt khi mới sinh. Trẻ sơ sinh phản ứng với ánh sáng và có thể bằng mắt nhìn theo đồ vật đang di chuyển. Trẻ con nhìn thấy tốt ra sao? *Sự thấy rõ gọi là* độ tinh thị giác *được định nghĩa như mẫu nhỏ nhất có thể phân biệt đáng tin cậy.* Chắc chắn bạn đánh giá độ tinh của mình có lẽ khi được yêu cầu đọc các hàng chữ hoặc con số nhỏ dần trong biểu đồ (bên dưới). Người ta sử dụng tiếp cận này để đánh giá độ tinh của trẻ sơ sinh điều chỉnh để bù trừ



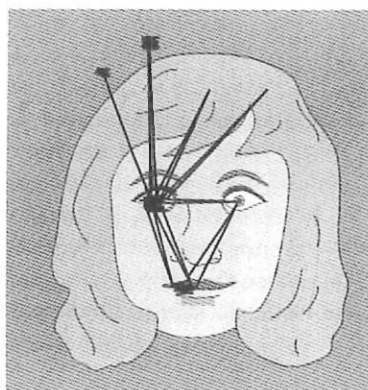


cho việc chúng ta không thể sử dụng từ ngữ để giải thích làm những gì chúng ta mong muốn. Hầu hết trẻ con nhìn vào một kích thích theo mẫu thay vì kích thích không theo mẫu, đơn giản (Snow, 1998). Chẳng hạn, nếu chúng ta phải cho một đứa trẻ tiếp xúc với hai kích thích này thì hầu hết cháu nhìn vào mẫu sọc lâu hơn mẫu xám. Khi chúng ta làm cho các đường kẽ hẹp hơn (cùng với khoảng cách giữa chúng), sẽ có một điểm ở đó các sọc trắng đen mịn đến nỗi chúng hoàn toàn hòa vào nhau và có màu xám – giống như mẫu khác.

Để phỏng đoán độ tinh của trẻ con, chúng ta xếp thành cặp ô vuông xám với các ô vuông có chiều rộng các đường sọc khác nhau như thế này: khi trẻ cùng nhìn vào 2 kích thích như nhau thì điều này cho biết trẻ không thể phân biệt các sọc trong kích thích theo mẫu nữa. Bằng cách đo chiều rộng của các sọc và khoảng cách so với mắt trẻ, chúng ta có thể đánh giá độ tinh, phát hiện các đường sọc mảnh hơn biểu thị độ tinh tốt hơn. Đánh giá loại này cho biết trẻ sơ sinh và trẻ một tháng tuổi nhìn thấy ở khoảng cách 20 feet những gì mà người lớn bình thường nhìn thấy ở khoảng cách 200 – 400 feet. Khi 1 tuổi độ tinh của trẻ về cơ bản giống như độ tinh của người lớn có thị lực bình thường (Banks & Dannemiller, 1987).

Lúc này chúng ta biết rằng đứa trẻ nhìn thấy, một câu hỏi kế tiếp là "Đứa trẻ nhìn gì?" Băng video quay mắt đứa trẻ khi nó nhìn lướt qua đồ vật cho thấy trẻ sơ sinh và trẻ 1 tháng tuổi thường chăm chú nhìn một số đặc điểm đáng chú ý của đồ vật, chẳng hạn như cạnh (Bronson, 1991). Bắt đầu khoảng 2 hoặc 3 tháng, trẻ con bắt đầu tìm hiểu bên trong đồ vật (Aslin, 1987).

Chuỗi chung này cũng áp dụng giải thích cách trẻ con nhìn khuôn mặt. Trẻ sơ sinh và trẻ 1 tháng tuổi thường chăm chú nhìn các đường viền ngoài của khuôn mặt



Salapatek,1975.

và nhìn vào mắt có lẽ vì trẻ con thích thú với vật di chuyển (mắt) và vật có độ tương phản sáng tối (đường viền khuôn mặt). Khi 3 tháng tuổi, đứa trẻ nhận biết đặc điểm khuôn mặt như một cấu hình yếu tố độc đáo (Aslin, 1987). Bạn có thể nhìn thấy trong biểu đồ (bên trên), khi trẻ 3 tháng tuổi nhìn vào một khuôn mặt thì trẻ tập trung nhìn mắt và mũi.

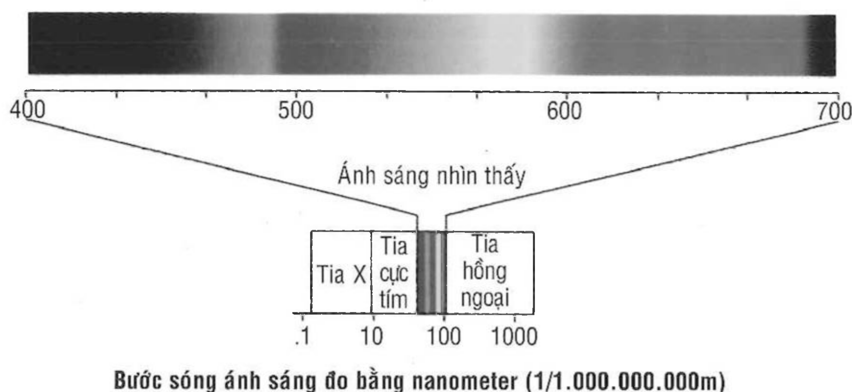
Vì thế, trước ngày thôi nôi rất lâu, trẻ đã nhìn thấy hết đồ vật. Kỹ năng của trẻ con giúp nó nhận biết một số đặc điểm thường trùng hợp, hình thành các vật quen thuộc.

Màu sắc

Theo tiêu chuẩn hiện nay, truyền hình màu thế hệ đầu tiên thuộc về thời nguyên thủy. Cân chỉnh màu sắc đúng sao cho người ta không thấy màu xanh lục chẳng hạn là cực kỳ khó. Tuy nhiên, những truyền hình này rất phổ biến (khi người ta mua chúng), vì việc thêm màu làm cho vật thể to hơn, vui hơn và đẹp hơn. Nhưng màu sắc thú vị hơn, mang tính chức năng hơn. Màu sắc giúp chúng ta nhận biết đồ vật và con người, và cảnh báo sự nguy hiểm đối với chúng ta.

Chúng ta nhận thức màu sắc ra sao? Bước sóng ánh sáng là cơ sở nhận thức màu sắc. Trong sơ đồ (bên dưới), ánh sáng chúng ta nhìn thấy là màu đỏ có bước sóng dài tương đối trong khi màu tím ở đầu kia trong quang phổ màu có bước sóng ngắn hơn nhiều. *Tập trung vào phần phía sau mắt, dọc võng mạc là những tế bào thần kinh chuyên môn hóa gọi là* tế bào hình nón. Một số tế bào hình nón đặc biệt nhạy cảm với ánh sáng có bước sóng ngắn (xanh trời và tím). Các tế bào hình nón khác nhạy cảm với ánh sáng bước sóng trung bình (xanh lục và vàng), các tế bào hình nón khác nhạy cảm với ánh sáng bước sóng dài (màu đỏ và vàng cam). Những loại tế bào hình nón khác nhau này được liên kết bằng mạng tế bào thần kinh phức tạp, và mạng này giúp chúng ta có khả năng nhìn thấy thế giới bằng màu sắc.

Những mạch này bắt đầu hoạt động chức năng dần dần trong một vài tháng đầu sau khi sinh (Adams, 1995). Rõ ràng,



Bước sóng ánh sáng đo bằng nanometer (1/1.000.000.000m)

trẻ sơ sinh nhìn thấy một vài màu. Tuy nhiên, trẻ con 1 tháng tuổi có thể phân biệt màu xanh trời với màu xám, có nghĩa là mạch bước sóng ngắn đang hoạt động chức năng (Maurer & Adams, 1987). Ở tuổi này, trẻ con có thể phân biệt màu đỏ với màu xanh lục, nhưng không phân biệt màu vàng với màu xanh lục hoặc màu vàng với màu đỏ. Rõ ràng, mạch bước sóng trung bình và ngắn đang hoạt động chức năng (vì trẻ con phân biệt được màu đỏ và xanh lục) nhưng không hoàn toàn chính xác (vì trẻ con không thể phân biệt màu vàng). Tuy nhiên, trẻ con 3 và 4 tháng tuổi nhận thức màu sắc giống hệt như người lớn, cho dù độ tinh thị giác của trẻ chưa phát triển hoàn toàn (Adams & Courage, 1995).

Chiều sâu

Con người nhìn thấy vật thể như có đủ 3 chiều: cao, rộng và sâu. Võng mạc của mắt phẳng, vì thế chiều cao và chiều rộng có thể thể hiện trực tiếp trên bề mặt 2 chiều. Nhưng chiều thứ 3, chiều sâu, không thể thể hiện trực tiếp trên bề mặt phẳng này, vì thế làm cách nào chúng ta nhận thức chiều sâu? Chúng ta sử dụng xử lý nhận thức để *suy luận* chiều sâu.

Nhận thức chiều sâu cho chúng ta biết đồ vật ở gần hay xa, là cơ sở cho một số nghiên cứu kinh điển của Eleanor Gibson và Richard Walk (1960) về nguồn gốc nhận thức chiều sâu. *Trong công trình nghiên cứu của họ, trẻ con được đặt lên sàn phủ kính như trong ảnh (bên phải), một công cụ gọi là* vách thị giác. Trên một cạnh sàn, mẫu ô cờ xuất hiện ngay dưới kính, ở cạnh khác mẫu xuất hiện phía dưới kính một vài feet. Kết quả là cạnh thứ nhất trông có vẻ nông nhưng cạnh kia trông có vẻ sâu giống như vách núi.

Các bà mẹ đứng trên mỗi cạnh vách thị giác và cố khuyến khích con mình băng qua cạnh sâu hoặc cạnh nông. Hầu hết trẻ con sẵn sàng bò về phía mẹ khi mẹ đứng ở cạnh nông. Trái lại hầu hết trẻ con không chịu bò qua cạnh sâu cho dù mẹ luôn gọi tên và cầm đồ chơi hấp dẫn lôi kéo. Rõ ràng, trẻ con có thể nhận thức chiều sâu vào lúc biết bò.

Thế còn trẻ con chưa biết bò thì sao? Khi trẻ 1 ½ tháng tuổi được đặt vào vách thị giác thì tim đập chậm hơn khi được đặt vào cạnh sâu của vách. Nhịp tim thường giảm khi người ta nhận thấy có điều gì đó thú vị, vì thế điều này cho thấy trẻ 1 ½ tháng tuổi nhận biết cạnh sâu là khác. Khi 7 tháng, nhịp tim của đứa trẻ tăng, dấu hiệu sợ hãi. Vì thế, mặc dù trẻ con biết được sự khác nhau giữa cạnh nông và sâu của vách thị giác thì chỉ có trẻ lớn hơn, biết bò mới sợ cạnh sâu (Campos và người khác, 1978).

Trẻ con suy luận chiều sâu ra sao? Trẻ con dựa vào nhiều nguồn thông tin. *Một nguồn là* sự chênh lệch võng mạc: *khi một người nhìn đồ vật thì hình ảnh võng mạc ở mắt trái và phải khác nhau.* Khi vật ở xa, hình ảnh võng mạc gần như giống hệt nhau, khi vật ở gần, hình ảnh khác nhau. Vì thế, sự chênh lệch nhiều hơn trong hình ảnh võng mạc cho biết



vật ở gần. Khi 4 – 6 tháng tuổi, trẻ con dùng sự chênh lệch võng mạc làm gợi ý chiều sâu, suy luận chính xác rằng vật ở gần khi có sự chênh lệch lớn (Yonas & Owsley, 1987).

Di chuyển cũng cung cấp thông tin về chiều sâu. Khi một vật chẳng hạn như một người hoặc xe đang rời xa thì trông có vẻ nhỏ hơn. Biết rằng thực ra vật không nhỏ hơn, chúng ta giải thích sự thay đổi mang ý nghĩa rằng vật đang ở xa hơn. Vật đang di chuyển thường đi qua phía trước hoặc phía sau vật khác. Khi một vật bị vật khác che mờ một phần thì chúng ta suy luận rằng vật bị mờ xa hơn vật không bị mờ. Khi 5 tháng tuổi, trẻ con sử dụng cả hai gợi ý di chuyển này để suy diễn chiều sâu (Craton & Yonas, 1988).

Không những trẻ con sử dụng gợi ý hình ảnh để đón chiều sâu mà còn sử dụng âm thanh. Nên nhớ trẻ con đón chính xác vật yên tĩnh hơn ở xa hơn vật có tiếng ồn. Dựa vào cách phân loại gợi ý, không có gì ngạc nhiên khi trẻ con đánh giá chiều sâu chính xác như thế.

Chúng ta nhận thấy trẻ con sử dụng cả thông tin thính giác lẫn thị giác để đoán khoảng cách. Điều này tượng trưng một quá trình quan trọng trong nhận thức – kết hợp thông tin từ các giác quan khác nhau. Chúng ta hãy khảo sát điều này chi tiết hơn.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Các nhà tâm lý học thường ám chỉ "kỹ năng vận động nhận thức" ngụ ý cả hai liên quan mật thiết. Dựa vào những gì bạn biết được trong chương này, kỹ năng vận động có thể ảnh hưởng đến nhận thức ra sao? Nhận thức ảnh hưởng đến kỹ năng vận động ra sao?

KẾT HỢP THÔNG TIN NHẬN CẢM

Chúng ta mô tả hệ thống nhận cảm của trẻ con một cách riêng biệt, nhưng kinh nghiệm của trẻ con thường là "sự kiện đa phương tiện". Một bà mẹ đang nuôi con cung cấp gợi ý thị giác và vị giác cho con. Lục lạc kích thích việc nhìn, nghe và sờ.

Từ kinh nghiệm như thế này, trẻ con học cách kết hợp thông tin do nhiều giác quan khác nhau cung cấp. Trẻ con có thể kết hợp thông tin từ nhìn và sờ. Chẳng hạn, nếu trẻ con 6 tháng tuổi được phép cảm nhận đồ chơi xa lạ nhưng không thể nhìn thấy thì sau này khi nhìn những đồ chơi này lâu hơn đồ chơi xa lạ mà đứa trẻ không cảm nhận trước đây. Trẻ con tìm hiểu đồ vật bằng xúc giác và sau này nhận biết đồ vật bằng thị giác (Rose, 1994).

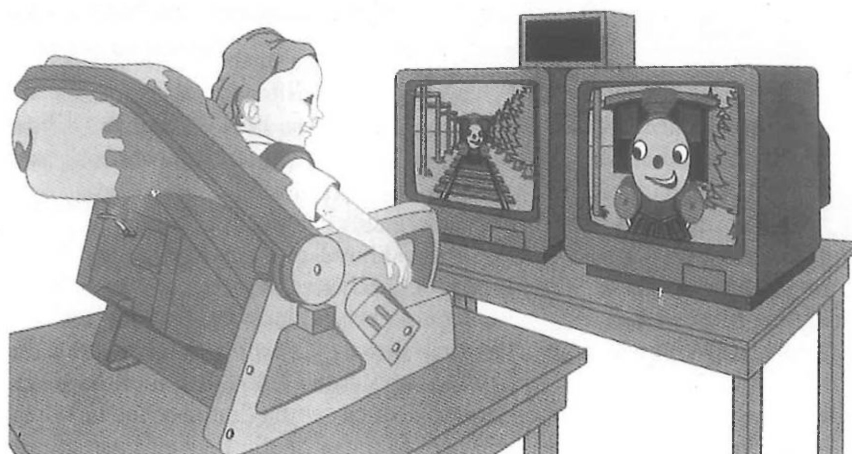
Trẻ con cũng kết hợp nhìn và nghe. Chẳng hạn, khi 1 tuổi, đứa trẻ liên kết âm thanh đặc trưng trong giọng nói của phái nam và nữ với vẻ mặt đặc trưng của hai phái (Poulin-Dubois và người khác, 1994). Minh họa kết hợp khác từ nhìn và nghe, đánh giá khoảng cách là chủ đề trong phần Nghiên cứu nổi bật.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: KẾT HỢP NHÌN VÀ NGHE



Ai là nhà điều tra, và mục đích của nghiên cứu là gì? Chúng ta đã biết đứa trẻ lớn sử dụng nhìn và nghe một cách độc lập để đánh giá khoảng cách (trang 138, 140 – 141) nhưng trẻ con ở tuổi ẵm ngửa kết hợp những hệ thống nhận cảm khác nhau hay không? Trẻ con biết rằng một vật đang đến gần trông có vẻ to hơn và âm thanh lớn hơn trong khi một vật đang rời xa trông có vẻ nhỏ hơn và âm thanh khẽ hơn hay không? Jeffrey Pickens (1994) tiến hành nghiên cứu để trả lời những câu hỏi này.

Nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm như thế nào? Pickens tạo ra bối cảnh như trong



sơ đồ (bên trên). Ông trình chiếu từng đôi băng video dài 25 giây trên hai màn hình video đặt cạnh nhau. Trong một đôi, màn hình đầu tiên chiếu một đoàn tàu hỏa đồ chơi xuất hiện đang chạy hướng về phía người xem, màn hình thứ hai chiếu cảnh đoàn tàu đang rời xa người xem. Trình chiếu cùng lúc những băng video này tám lần. Trong số bốn lần trình chiếu, âm thanh có tiếng động cơ nghe lớn hơn, trong bốn lần trình chiếu khác, tiếng động cơ nghe nhỏ hơn. Phụ tá nghiên cứu đeo headphone (sao cho không thể nghe được âm thanh) ghi chép trẻ đang xem băng video nào.

Trẻ 5 tháng tuổi làm gì khi xem những băng video này? Nếu trẻ hiểu qui luật

Gần hơn = to hơn và lớn hơn

Rời xa = nhỏ hơn và khẽ hơn

thì sau đó đứa trẻ nhìn vào băng video để khớp với âm thanh: đứa trẻ xem băng video chiếu đoàn tàu đang đến khi tiếng động cơ nghe to hơn đoàn tàu rời xa tiếng động cơ khẽ hơn. Trẻ cũng làm ngược lại – quan sát âm thanh không khớp nhau – vì chúng mới lạ. Trong cả hai trường hợp, có sự liên kết mạnh giữa những gì chúng nghe và nơi chúng nhìn. Trái lại, nếu đứa trẻ không hiểu những qui luật này thì âm thanh không ảnh hưởng những gì đứa trẻ xem: đứa trẻ xem hai băng như nhau.

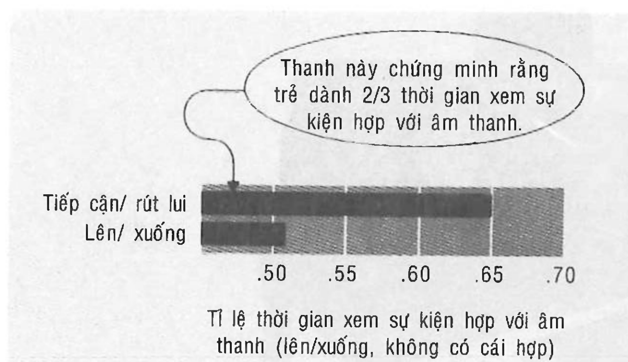
Pickens cũng thực hiện một điều kiện khác với hai cuốn băng video khác nhau. Một chiếu đoàn tàu di chuyển từ phía trên màn hình video xuống phía dưới, một chiếu đoàn tàu di chuyển từ phía dưới lên phía trên. Âm thanh như nhau như trong điều kiện thứ nhất – âm thanh động cơ to hơn trong một số lần thử và khẽ hơn trong một số lần thử khác. Không có băng video nào tương ứng với âm thanh vì đoàn tàu vẫn cách xa người xem một khoảng cách không đổi. Do đó, nếu đứa trẻ hiểu qui luật kết hợp nhìn và nghe với khoảng cách thì đứa trẻ sẽ xem hai cuốn băng.

Đứa trẻ trong nghiên cứu là ai? Pickens kiểm tra 64 trẻ 5 tháng tuổi.

Thiết kế của nghiên cứu là gì? Nghiên cứu này mang tính thử nghiệm. Biến số độc lập là loại video mà đứa trẻ đã xem. Biến số phụ thuộc là lượng thời gian mà đứa trẻ quan sát mỗi màn hình video. Nghiên cứu tập trung vào một độ tuổi duy nhất, vì thế không mang tính phát triển (không phải nghiên cứu theo chiều dọc hoặc cắt ngang).

Có quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Hầu hết trẻ trông có vẻ thích thú khi xem băng. Tất cả bố mẹ đồng ý cho con tham gia.

Kết quả ra sao? Thanh trên cùng của biểu đồ (trang 144), *với tên gọi tiếp cận/rút lui, thể* hiện kết quả đối với các băng video trong đó xe lửa đến gần và rời xa. Biến số thể hiện trong biểu đồ là tỉ lệ phần trăm thời gian mà những trẻ 5 tháng tuổi này xem băng video tương ứng với âm thanh. Bạn có thể nhìn thấy trẻ con dành 2/3 thời gian để xem băng video có âm thanh phù hợp, rõ ràng trẻ con hiểu qui luật kết hợp gợi ý nghe nhìn với khoảng cách. Thanh thứ hai trong biểu đồ là từ



điều kiện kiểm soát trong đó hai băng video chiếu cảnh xe lửa di chuyển từ trên xuống và từ dưới lên. Trong điều kiện này, đứa trẻ xem hai băng video như nhau, kết quả đáng mong đợi vì không có băng video nào hợp với âm thanh.

Nhà điều tra có kết luận gì? Khi 5 tháng, trẻ kết hợp nghe nhìn để xác định khoảng cách và hướng di chuyển của vật. Nghĩa là, trẻ biết khi vật đến gần sẽ to hơn, âm thanh lớn hơn, khi vật đi xa, trông có vẻ nhỏ hơn và âm thanh khẽ hơn.

Sự kết hợp nghe nhìn khéo léo là dấu hiệu chỉ báo khác cho biết trẻ con có kỹ năng nhận thức phi thường. Trẻ con nhận thức thế giới với sự chính xác ấn tượng trong từng hệ thống nhận cảm mà chúng ta vừa nghiên cứu. Con gái của Darla có thể ngửi, nếm và có cảm giác đau, cháu bé có thể phân biệt âm thanh, trong một vài tháng, cháu bé sẽ sử dụng âm thanh để định vị đồ vật. Thị lực của cháu bé hiện nay chưa rõ nhưng nhanh chóng được cải thiện, trong một vài tháng, cháu bé nhìn thấy một dải rộng màu sắc và nhận thức chiều sâu. Tóm lại, con gái của Darla, như hầu hết các trẻ khác, được chuẩn bị rất tốt để bắt đầu cảm nhận môi trường của mình.

TỰ KIỂM TRA

1. Nếm và ______ là các giác quan hóa học
2. Trẻ con phản ứng tiêu cực với các chất có vị chua hoặc ______.
3. Trẻ con phản ứng với ______ bằng tiếng khóc âm sắc cao khó dỗ nín.
4. Nếu đứa trẻ được đặt ngồi trong căn phòng tối đen nghe tiếng lục lạc ưa thích gần mình thì nó sẽ với tay lấy, điều này mô tả ______.
5. Ở tuổi ______, độ tinh của trẻ giống như độ tinh của người lớn có thị lực bình thường.
6. ______ là tế bào thần kinh chuyên môn hóa trong võng mạc nhạy cảm với màu sắc.
7. Từ ______ ám chỉ hình ảnh của vật trong mắt trái và phải khác nhau đối với vật ở gần.
8. Trẻ con kết hợp thông tin giữa nhìn và sờ và giữa nhìn và ______.
9. Đặc điểm gì trong kỹ năng nhận thức của trẻ thể hiện ảnh hưởng của tự nhiên? Đặc điểm nào thể hiện ảnh hưởng của nuôi dưỡng?

Trả lời: (1) ngửi, (2) đắng, (3) đau, (4) sử dụng âm thanh để đánh giá khoảng cách, (5) một, (6) Tế bào hình nón,(7) sự chênh lệch võng mạc, (8) âm thanh

---

TỰ NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ con bắt đầu nhận thức mình tồn tại khi nào?**
- **Trẻ con biết đi chập chững và trẻ con trước độ tuổi đến trường có khái niệm cái tôi ra sao?**
- **Trẻ con trước độ tuổi đến trường bắt đầu hiểu thuyết trí tuệ khi nào?**

Tự nhận thức

Nguồn gốc khái niệm cái tôi

Thuyết trí tuệ

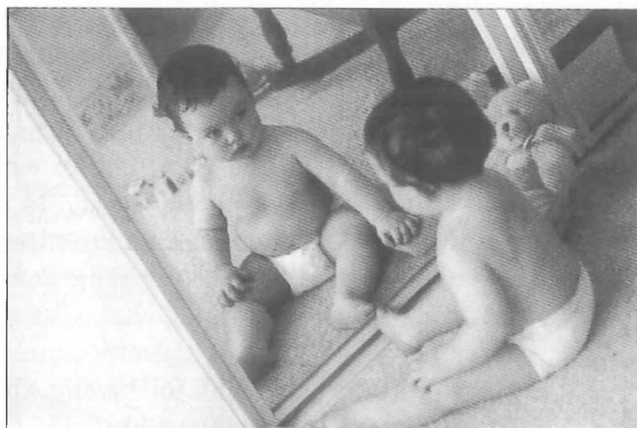
KHI XIMENA *đánh răng, cô đặt đứa con trai Christof 20 tháng tuổi của mình trên ghế nhìn vào gương nhà tắm. Cô làm như thế cả tháng trời và Christof luôn có vẻ thích thú khi nhìn thấy hình ảnh trong gương. Sau này, trông có vẻ cậu bé đặc biệt chú ý đến hình ảnh phản chiếu của mình. Ximena nghĩ rằng đôi khi Christof cau mày hoặc cười to khi nhìn thấy hình ảnh của mình. Có thể Ximena ngạc nhiên hoặc chỉ hoàn toàn do trí tưởng tượng của mình hay không?*

Khi kỹ năng cơ thể, vận động và nhận thức của trẻ con phát triển, trẻ con hiểu thế giới xung quanh mình ngày càng nhiều. Như một phần của sự tìm hiểu này, trẻ tuổi ẫm ngửa và trẻ biết đi chập chững bắt đầu nhận biết mình đang tồn tại độc lập so với người khác và vật khác trong môi trường và sự tồn tại của trẻ con tiếp tục qua thời gian. Trong phần cuối của chương 3, bạn sẽ hiểu được trẻ con nhận thức ra sao và hiểu được Christof biết điều gì về bản thân.

NGUỒN GỐC KHÁI NIỆM CÁI TÔI

Khi nào đứa trẻ bắt đầu hiểu rằng mình đang tồn tại? Đánh giá sự khởi đầu nhận thức này không phải dễ. Rõ ràng, chúng ta không thể hỏi bé 3 tuổi "hãy cho cô ấy biết khi nào con nhận biết mình đang tồn tại và không phải là một phần của bàn ghế?" Một tiếp cận ít trực tiếp hơn là cần thiết, ảnh (bên dưới) cho thấy con đường mà nhiều nhà điều tra đã chọn. Như Christof, trẻ 9 tháng tuổi trong ảnh chụp đang mỉm cười khi nhìn thấy mình trong gương. Trẻ con ở độ tuổi này đôi khi áp sát mặt vào gương hoặc vẫy tay trước gương, nhưng không có hành vi nào của nó cho biết nó nhận biết mình trong gương. Thay vào đó, nó hành động như thể khuôn mặt trong gương đơn thuần là một kích thích rất lý thú.

Làm cách nào chúng ta biết rằng đứa trẻ nhận ra mình trong gương? Một tiếp cận thông minh là yêu cầu các bà mẹ chấm dấu đỏ lên mũi con mình, họ lén làm điều này trong khi lau mặt đứa trẻ.



Sau đó đứa trẻ được đưa trở lại gương. Nhiều đứa trẻ một tuổi sờ tay vào dấu đỏ trong gương cho thấy đứa trẻ để ý dấu trên khuôn mặt trong gương. Tuy nhiên, khi 15 tháng, một thay đổi quan trọng diễn ra: đứa trẻ nhìn thấy dấu đỏ trong gương, sau đó đến gần sờ vào mũi mình. Khi 2 tuổi, hầu như đứa trẻ nào cũng làm như thế (Bullock & Liitkenhaus, 1990; Lewis & Brooks-Gunn, 1979). Khi những đứa trẻ này để ý dấu đỏ trong gương thì nó hiểu rằng cái mũi trông ngộ nghĩnh trong gương là mũi của mình!

Chúng ta không cần dựa vào nghiên cứu qua gương để hiểu rằng nhận thức về cái tôi bắt đầu từ tháng thứ 18 đến tháng thứ 24. Trong cùng thời gian này, đứa trẻ biết đi chập chững nhìn vào ảnh chụp của mình nhiều hơn ảnh chụp số đứa trẻ khác. Trẻ con cũng tự gọi mình bằng tên hoặc bằng đại từ nhân xưng như "tôi", đôi khi nó biết giới tính và độ tuổi của mình. Những thay đổi này cho thấy nhận thức cái tôi được xác lập ở hầu hết trẻ con lên 2 (Lewis, 1987).

Khi sự tìm hiểu trí tuệ của trẻ con bắt đầu tinh vi hơn thì trẻ con bắt đầu có khái niệm cái tôi. Nghĩa là, một khi đứa trẻ hoàn toàn hiểu rằng mình đang tồn tại thì đứa trẻ bắt đầu tự hỏi mình là ai. Trẻ con muốn định nghĩa chính mình.

Một số hiểu biết các giai đoạn khái niệm cái tôi đầu tiên phát xuất từ Levine (1983), nghiên cứu các đứa trẻ từ 20 đến 28 tháng tuổi. Đây là độ tuổi trẻ con chỉ bắt đầu nhận thức cái tôi. Trẻ con được kiểm tra một số phương pháp đánh giá khái niệm cái tôi bao gồm nghiên cứu nhận biết mình trước gương vừa mô tả ở trên. Trẻ con cũng được quan sát khi tương tác với một bạn đồng tuổi không quen biết trong phòng đầy ắp đồ chơi. Chứng cứ quan trọng là trẻ con nhận biết mình rất có khả năng nói "của tôi!" trong khi chơi đồ chơi nhiều hơn những đứa trẻ khác không tự nhận biết. Có thể bạn nghĩ số trẻ con tự nhận biết này đối đầu khi nói "của tôi" như trong câu "ô tô này của tôi, đừng hòng nghĩ đến chuyện lấy nó". Nhưng không phải thế. Thật ra, trẻ con tự nhận biết rất có thể nói những câu tích cực trong khi tương tác với bạn đồng tuổi. Levine lập luận rằng "việc khẳng định đồ chơi không phải là hành vi tiêu cực hoặc gây cấn, nhưng có vẻ là một phần quan trọng trong định nghĩa chính mình của đứa trẻ trong thế giới xã hội". Nói cách khác, bé gái bên trái trong ảnh (bên dưới) nói "của tôi!" không phải từ chối không đưa búp bê cho bạn, bé chỉ nói rằng chơi chung với búp bê đồ chơi là một phần cho biết bé là ai.

Trong suốt những năm trước tuổi đến trường, quyền sở hữu tiếp tục trở thành một trong những cách trong đó trẻ con tự định nghĩa mình. Trẻ con trước tuổi đến trường cũng đề cập đặc điểm cơ thể ("tôi có màu mắt xanh"), sở thích của mình ("tôi thích ăn mì ống") và năng lực ("tôi có thể đếm đến số 50"). Những đặc điểm này có điểm chung là tiêu điểm nhắm vào đặc điểm có thể quan sát và cụ thể của trẻ con (Damon & Hart, 1988).

Khi trẻ con đi học, khái niệm cái tôi của chúng tinh vi hơn (Harter, 1994), thay đổi mà chúng ta khảo sát trong chương 8.



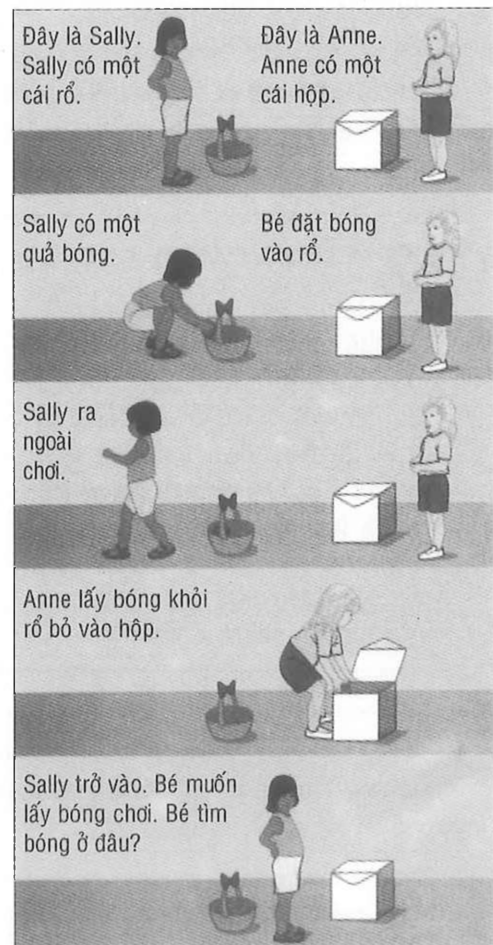
THUYẾT TRÍ TUỆ

Khi đứa trẻ hiểu biết nhiều hơn về bản thân thì nó bắt đầu nhận thấy con người có suy nghĩ, niềm tin và dự định. Trẻ con cũng hiểu rằng suy nghĩ, niềm tin và dự định thường làm cho con người có hành động như thế. *Nói chung, khái niệm về sự kết hợp giữa suy nghĩ, niềm tin, dự định và hành vi hình thành* thuyết Trí tuệ, *hiểu biết trực giác sự liên kết giữa trí tuệ và hành vi.*

Một trong những nhà nghiên cứu hàng đầu về thuyết Trí tuệ, Henry Wellman (1992, 1993), cho rằng thuyết Trí tuệ của trẻ con phát triển qua 3 giai đoạn trong những năm trước tuổi đến trường. Trong giai đoạn đầu tiên nhất, trẻ con 2 tuổi nhận biết mong muốn và thường nói về những điều mình thích và không thích, chẳng hạn như "Lemme thấy" hoặc "Tôi muốn ngồi". Trẻ con thường liên kết mong muốn với hành vi của mình chẳng hạn như "tôi vui khi có thêm 3 bánh qui nữa" (Wellman, 1990). Vì thế, khi 2 tuổi, trẻ con hiểu rằng con người có mong muốn và mong muốn ấy tạo ra hành vi.

Khi 3 tuổi, trẻ con phân biệt rõ ràng thế giới tinh thần với thế giới tự nhiên. Chẳng hạn, nếu được hỏi về một bé gái đang có một bánh qui và bé gái khác đang muốn ăn bánh qui thì bé 3 tuổi hiểu rằng chỉ có bé gái đầu tiên là có thể nhìn, sờ và ăn được bánh qui (Harris và người khác, 1991). Hầu hết trẻ con 3 tuổi sử dụng "động từ suy nghĩ" như "suy nghĩ", "nghĩ rằng", "nhớ" và "quên" cho thấy trẻ con có hiểu biết ban đầu về các trạng thái suy nghĩ khác nhau (Bartsch & Wellman, 1995). Mặc dù trẻ con 3 tuổi nói về suy nghĩ và niềm tin, tuy nhiên trẻ con nhấn mạnh mong muốn khi cố giải thích tại sao người ta hành động như thế.

Cho đến 4 tuổi các trạng thái trí tuệ mới thực sự đóng vai trò chính trong hiểu biết của trẻ con về hành động của mình và của người khác. Nghĩa là, khi bốn tuổi, đứa trẻ hiểu rằng hành vi thường dựa trên suy nghĩ của một người về sự kiện và tình huống, thậm chí khi những suy nghĩ ấy sai lầm. Sự chuyển biến phát triển này đặc biệt thấy rõ khi đứa trẻ được kiểm tra trong trắc nghiệm niềm tin sai giống như trắc nghiệm minh họa. Trong tất cả trắc nghiệm niềm tin sai, một tình huống được đưa ra sao cho trẻ được kiểm tra có thông tin chính xác nhưng trẻ khác thì không. Chẳng hạn, trong câu chuyện minh họa (bên dưới), đứa trẻ được kiểm tra xem có biết trong hộp có bóng hay không, nhưng Sally, bé gái trong câu chuyện, cho rằng bóng vẫn còn trong rổ, thật đáng lưu ý, mặc dù trẻ con bốn tuổi nói chính xác rằng



Sally tìm bóng trong rổ (tác động đến niềm tin sai của bé), hầu hết trẻ 3 tuổi quả quyết rằng bé sẽ thấy bóng trong hộp. Trẻ con 4 tuổi hiểu rằng hành vi của Sally dựa vào niềm tin của bé cho dù niềm tin ấy sai (Frye, 1993). Theo Bartsch và Wellman (1995), trẻ con 4 tuổi "... nhận biết rằng con người không những có suy nghĩ và niềm tin mà suy nghĩ và niềm tin của trẻ con mang tính quyết định trong việc giải thích tại sao con người hành động như thế, nghĩa là sự theo đuổi mong muốn của diễn viên chắc chắn do niềm tin của họ về thế giới định hình".

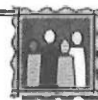
Trẻ con trước tuổi đến trường biết niềm tin sai lúc nhỏ nếu nó có anh chị em ruột lớn tuổi hơn (Ruffman và người khác, 1998). Trong khi chơi anh chị thường nói với em về trạng thái nội tâm – vui hay buồn và tại sao – và những chuyện trò này giúp các em hiểu được sự liên kết giữa niềm tin và hành vi.

Bạn có thể nhìn thấy hiểu biết về niềm tin sai đang gia tăng ở trẻ trước tuổi đến trường trong phần Người thật việc thật.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Giả sử bạn nghĩ rằng thuyết Trí tuệ phát triển nhanh hơn khi đứa trẻ trước tuổi đến trường dành nhiều thời gian với các đứa trẻ khác hơn. Bạn nghĩ rằng loại nghiên cứu tương quan gì để kiểm tra giả thuyết này? Bạn tiến hành nghiên cứu thực nghiệm để kiểm tra cùng một giả thuyết như thế nào?

NGƯỜI THẬT VIỆC THẬT: "THẤY LÀ TIN..." ĐỐI VỚI TRẺ BA TUỔI



Trẻ con trước tuổi đến trường dần dần hiểu rằng hành vi con người đôi khi do niềm tin sai định hướng. Có lần chúng tôi chứng kiến một tình tiết ở một trung tâm chăm sóc ban ngày để làm tư liệu dẫn chứng cho hiểu biết đang phát triển này. Sau khi ăn trưa, bé Karen 2 tuổi, thấy nước sốt cà chua trên sàn nhà và la toáng lên, "máu, máu!" Lonna, 3 tuổi nói bằng giọng phẫn nộ, "không phải máu, đó là nước sốt cà chua". Sau đó, Shenan 4 tuổi xen vào, "đúng thế, nhưng Karen cứ nghĩ đó là máu". Một sự cố tương tự diễn ra sau đó một vài tuần, vào ngày sau lễ Halloween. Lần này Lonna đeo mặt nạ quái vật để dọa Karen. Lúc Karen bắt đầu hét lên thì Lonna bảo, "Đây chỉ là mặt nạ mà". Shenan xen vào, "Bạn biết đây chỉ là mặt nạ, nhưng Karen nghĩ đó là quái vật". Trong cả hai trường hợp, chỉ có Shenan hiểu rằng hành vi của Karen dựa vào niềm tin của cô bé (nước sốt cà chua là máu và quái vật là thật), cho dù niềm tin sai đi nữa.

Hiểu biết trí tuệ đang phát triển của trẻ con trước tuổi đến trường không phải là một thành tích đơn độc. Hiểu biết này đơn thuần là một phần trong sự phát triển nhận thức sâu sắc diễn ra trong những năm trước tuổi đến trường. Chúng ta khảo sát sự phát triển nhận thức này trong chương 4.

TỰ KIỂM TRA

1. Rõ ràng trẻ con tự nhận thức khi lên 2 vì đây là lúc nó nhận biết mình trong gương và trong ảnh chụp, và khi lần đầu tiên sử dụng ______.

2. Không giống như trẻ con 4 tuổi, hầu hết trẻ con 3 tuổi không hiểu rằng hành vi của người khác đôi khi dựa trên ______.

3. Trong những năm trước tuổi đến trường, khái niệm cái tôi của trẻ con trước tuổi đến trường nhấn mạnh ______, đặc điểm cơ thể, sở thích và năng lực.
4. Trong những năm trước tuổi đến trường, trẻ con có được sự hiểu biết trí tuệ tinh vi hơn. Bạn nghĩ rằng thay đổi này diễn ra như nhau trong các nền văn hóa hay khác nhau từ nền văn hóa này sang nền văn hóa khác?

Trả lời: (1) đại từ nhân xưng như "tôi", "chúng tôi", (2) niềm tin sai, (3) quyền sở hữu

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Những năm đầu đời rất quan trọng. Chúng ta hiểu rằng trẻ sơ sinh được phú cho phản xạ chuẩn bị cho đứa trẻ thích nghi với cuộc sống bên ngoài tử cung và hành vi của đứa trẻ được tổ chức tốt thành nhiều trạng thái dễ phân biệt. Chúng ta hiểu rằng phát triển cơ thể cực kỳ nhanh nhưng có thể chậm lại khi đứa trẻ suy dinh dưỡng. Nhiều vùng khác nhau trong não của trẻ con cũng điều tiết các chức năng khác nhau chẳng hạn hành vi định hướng mục tiêu. Mẫu chuyên môn hóa này giúp giải thích ảnh hưởng của chấn thương của Martin đối với ngôn ngữ .

Chúng ta cũng nhìn thấy cải thiện trong kỹ năng vận động. Trẻ con dần dần cử động nhiều hơn trong năm đầu. Hầu hết bắt đầu tập đi ngay sau khi thôi nôi, phản ánh sự trưởng thành Sinh học và kết hợp các kỹ năng cấu thành khác nhau liên quan đến việc tập đi. Thay đổi song song trong vận động là thay đổi ở kỹ năng vận động tinh vi: trong năm đầu, trẻ con khéo léo hơn trong việc cầm nắm và sử dụng đồ vật.

Chúng ta hiểu rằng trẻ con được phú cho kỹ năng nhận thức thuyết phục. Thậm chí trẻ sơ sinh cũng có thể ngửi, nếm, cảm thấy, nghe và nhìn thấy – trong một số trường hợp với sự chính xác đáng kể. Sau cùng, chúng ta khám phá rằng trẻ con dần dần tự nhận thức và biết rằng người khác cũng suy nghĩ.

TÓM TẮT



Trẻ sơ sinh

Phản xạ của trẻ sơ sinh

- Trẻ sinh ra với nhiều phản xạ khác nhau. Một số phản xạ giúp trẻ thích nghi với cuộc sống bên ngoài tử cung, một số phản xạ bảo vệ đứa trẻ tránh khỏi nguy hiểm, và một số phản xạ làm cơ sở cho hành vi vận động tự ý sau này.

Đánh giá trẻ sơ sinh

- Apgar đánh giá năm dấu hiệu quan trọng để xác định xem trẻ sơ sinh có cơ thể khỏe mạnh hay không. Thang đánh giá hành vi trẻ sơ sinh cung cấp đánh

giá toàn diện về tình trạng cơ thể và hành vi của đứa trẻ.

Tình trạng trẻ sơ sinh

• Trẻ sơ sinh trong ngày thường trải qua bốn tình trạng: không hoạt động tỉnh táo, hoạt động thức, khóc và ngủ. Tiếng khóc của trẻ sơ sinh bao gồm tiếng khóc cơ bản, tiếng khóc điên cuồng và tiếng khóc đau đớn. Cách tốt nhất để dỗ đứa trẻ là vác trên vai, đu đưa.

• Trẻ sơ sinh mỗi ngày thời gian ngủ chiếm 2/3 và trải qua một chu kỳ thức – ngủ hoàn chỉnh trong mỗi bốn tiếng. Lúc 3 hoặc 4 tháng, trẻ con ngủ suốt đêm. Trẻ sơ sinh trong một nửa thời gian ngủ là giấc ngủ REM, một hình thức ngủ tích cực kích thích sự phát triển trong hệ thần kinh.

• Một số trẻ con khỏe mạnh chết do khỏi chứng đột tử ở trẻ tuổi ẫm ngửa. Yếu tố góp phần cho SIDS là sinh non, trọng lượng sinh thấp, và khói thuốc. Trẻ cũng dễ bị SIDS khi ngủ nằm sấp và khi mặc quá nhiều quần áo.

Tính khí

• Tính khí ám chỉ một mẫu hoặc kiểu nhất quán trong hành vi của đứa trẻ. Khía cạnh tính khí bao gồm tính cảm xúc, hoạt động và tính xã hội. Tính khí là đặc điểm ổn định ở trẻ tuổi ẫm ngửa và trẻ con.



Phát triển cơ thể

Phát triển cơ thể

• Phát triển cơ thể rất nhanh trong trẻ con tuổi ẫm ngửa, nhưng trẻ con trong cùng độ tuổi, khác nhau đáng kể về chiều cao và cân nặng. Kích thước người ở tuổi trưởng thành phần lớn do di truyền quyết định.

• Phát triển theo nguyên tắc đầu đuôi, trong đó đầu và thân hình phát triển trước hai chân. Do đó, trẻ con ở tuổi ẫm ngửa và trẻ con có đầu và thân mình to không theo tỉ lệ.

• Trẻ con tuổi ẫm ngửa phải tiêu thụ nhiều calo, so với trọng lượng cơ thể của đứa trẻ, chủ yếu vì cần năng lượng để phát triển. Nuôi con bằng sữa mẹ và sữa bình đều cung cấp dưỡng chất thích hợp cho nó.

• Suy dinh dưỡng là vấn nạn trên toàn thế giới đặc biệt có hại trong tuổi ẫm ngửa, khi sự phát triển quá nhanh, giải quyết suy dinh dưỡng đòi hỏi phải cải thiện chế độ ăn uống của trẻ con và hướng dẫn bố mẹ tạo ra môi trường kích thích.

Hệ thần kinh phát triển

• Tế bào thần kinh, gọi là *neuron,* bao gồm thể tế bào, đọt nhánh, và sợi trục. Não trưởng thành bao gồm hàng tỉ tế bào thần kinh, được sắp xếp thành bán cầu trái và bán cầu phải gần giống hệt nhau kết nối với nhau bằng thể chai. Vỏ não điều tiết hầu hết chức năng mà chúng ta cho là phải có ở một con người. Vỏ não trước kết hợp với nhân cách và hành vi định hướng mục tiêu, bán cầu trái của vỏ não liên quan ngôn ngữ, bán cầu phải của vỏ não liên quan đến quá trình không phải lời nói chẳng hạn như nhận thức âm nhạc và điều tiết cảm xúc.

• Nghiên cứu mẫu trẻ con bị chấn thương não và EEG cho thấy bán cầu trái chuyên xử lý ngôn ngữ từ đầu đời, có lẽ vào lúc mới sinh.

• Bán cầu phải kiểm soát một số chức năng không phải lời nói chẳng hạn như nhận thức âm nhạc ngay từ đầu tuổi ẫm ngửa, kiểm soát các chức năng khác, chẳng hạn hiểu biết quan hệ không gian, có được vào những năm trước tuổi đến trường. Vỏ não trước bắt đầu điều tiết hành vi định hướng mục tiêu và phản ứng cảm xúc lúc một tuổi.



Cử động và nắm bắt – kỹ năng vận động đầu tiên

Vận động

• Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa có một loạt kỹ năng vận động trong năm đầu, đỉnh cao là tập đi một vài tháng sau khi thôi nôi. Như hầu hết kỹ năng vận động, tập đi bao gồm sự phân biệt các kỹ năng riêng chẳng hạn giữ vững thăng bằng và sử dụng hai chân luân phiên, rồi sau đó kết hợp những kỹ năng này thành một tổng thể mạch lạc.

Kỹ năng vận động tinh vi

• Có lúc trẻ con chỉ sử dụng một tay, sau đó hai tay độc lập, rồi hai tay trong động tác chung, sau cùng khi 5 tháng tuổi, sử dụng cả hai tay trong hành động khác nhau với một mục đích chung.

• Hầu hết mọi người đều thuận tay phải, sự ưa thích xuất hiện sau khi lên một tuổi và được xác lập trong những năm trước tuổi đến trường. Tính thuận tay do di truyền quyết định nhưng cũng bị ảnh hưởng của giá trị văn hóa.

Cả trưởng thành lẫn kinh nghiệm ảnh hưởng đến kỹ năng vận động

• Cả Sinh học lẫn kinh nghiệm định hình sự thành thạo kinh nghiệm vận động. Một mặt, thời biểu phát triển cơ bản đối với kỹ năng vận động khắp thế giới đều như nhau, nhấn mạnh nguyên nhân Sinh học cơ bản. Mặc khác, kinh nghiệm cụ thể có thể thúc đẩy sự phát triển vận động, nhất là đối với kỹ năng vận động phức tạp.

Tìm hiểu thế giới: nhận thức

Ngửi và nếm

• Trẻ sơ sinh có khả năng ngửi, một số có thể nhận biết mùi của mẹ, trẻ sơ sinh



cũng có khả năng nếm, thích chất ngọt hơn và phản ứng tiêu cực với các vị đắng và chua.

Sờ và đau

• Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa phản ứng khi người khác chạm tay vào. Trẻ con có lẽ cũng có cảm giác đau vì phản ứng của trẻ con đối với kích thích gây đau giống như phản ứng của trẻ lớn.

Nghe

• Trẻ con có thể nghe. Quan trọng hơn, là trẻ con phân biệt âm thanh khác nhau và sử dụng âm thanh để định vị đồ vật trong không gian.

Nhìn

• Độ tinh thị giác của trẻ sơ sinh tương đối kém, nhưng trẻ con 1 tuổi có thể nhìn thấy giống như người lớn có thị lực bình thường. Tầm nhìn màu phát triển khi các tập hợp tế bào hình nón bắt đầu hoạt động chức năng, một quá trình trông có vẻ hoàn hảo khi trẻ 3 hoặc 4 tháng tuổi. Trẻ con nhận biết chiều sâu dựa vào sự chênh lệch võng mạc và gợi ý từ chuyển động.

Kết hợp thông tin nhận cảm

• Trẻ con kết hợp thông tin từ các giác quan khác nhau. Trẻ con nhận biết đồ vật bằng mắt mà nó đã cảm nhận từ trước. Trẻ con nhìn vào khuôn mặt phụ nữ khi nghe giọng nói hoặc nhìn vào đồ vật càng lúc càng xa trong khi âm thanh khẽ hơn.



Tự nhận thức

Nguồn gốc khái niệm cái tôi

• Khoảng 15 tháng, đứa trẻ bắt đầu nhận biết mình

trong gương, là một trong những dấu hiệu đầu tiên của tự nhận biết. Trẻ con cũng bắt đầu thích nhìn ảnh chụp của chính mình, bắt đầu tự gọi mình bằng tên (hoặc sử dụng đại từ nhân xưng), đôi khi biết độ tuổi và giới tính của mình. Rõ ràng lúc 2 tuổi hầu hết trẻ con đều tự nhận thức.

- Trẻ con trước tuổi đến trường thường định nghĩa mình bằng đặc điểm có thể quan sát thấy chẳng hạn quyền sở hữu, đặc điểm cơ thể, sở thích và năng lực. Trong những năm tiểu học, khái niệm cái tôi bắt đầu bao gồm đặc điểm có thể quan sát thấy chẳng hạn như quyền sở hữu và sở thích.

Thuyết Trí tuệ

- Thuyết Trí tuệ, ám chỉ quan điểm của một người về sự kết hợp giữa suy nghĩ, niềm tin, dự định và hành vi, phát triển nhanh trong những năm trước tuổi đến trường. Hầu hết trẻ con 2 tuổi biết rằng con người có mong muốn và mong muốn ấy tạo ra hành vi. Khi 3 tuổi, đứa trẻ phân biệt thế giới tinh thần với thế giới tự nhiên, nhưng vẫn còn nhấn mạnh đến mong muốn trong giải thích hành động của người khác. Tuy nhiên, khi 4 tuổi, đứa trẻ hiểu rằng hành vi dựa trên niềm tin về thế giới ngay cả khi những niềm tin ấy sai.

TỪ KHÓA

phản xạ
không hoạt động tỉnh táo
hoạt động thức
khóc
ngủ
tiếng khóc cơ bản
tiếng khóc bực bội
tiếng khóc đau đớn
giấc ngủ không đều (REM)
giấc ngủ đều (không phải REM)
hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh (SIDS)
tính khí
tính cảm xúc
hoạt động
tính xã hội
tế bào thần kinh
thể tế bào
đọt nhánh
sợi trục
mầm cuối
chất truyền thần kinh
vỏ não
bán cầu
thể chai
vỏ não trước
tấm thần kinh
myelin
điện não đồ (EEG)
chụp cắt lớp phóng xạ positron (chụp PET)
kỹ năng vận động
vận động
kỹ năng vận động tinh vi
sự biết đi chập chững
trẻ biết đi chập chững
sự phân biệt
sự kết hợp
nhận thức
độ tinh thị giác
tế bào hình nón
vách thị giác
sự chênh lệch võng mạc
thuyết Trí tuệ

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

ASLIN, R. N. (1987). Phân biệt nghe nhìn ở tuổi ẵm ngửa. Trong J. D. Osofsky (chủ biên), *Handbook of infant development* (tái bản). New York: Wiley. Sách giáo khoa này là một giải thích nghiên cứu nhận thức của trẻ toàn diện nhưng mang tính kỹ thuật.

BARTSCH, K, & WELLMAN, H. M. (1995). *Children talk about the mind.* New York: Oxford. Wellman là một trong những nhà điều tra thuyết trí tuệ trong khi Bartsch là học trò của ông. Trong sách này, họ sử dụng các mẫu trò chuyện của trẻ trong thực tế để chứng minh sự phát triển hiểu biết trí tuệ của trẻ.

BRAZELTON, T. B. (1983). *Infants and mothers: Differences in development.* New York: Delta/Seymour Lawrence. Trong sách kinh điển này, tác giả vốn là một bác sĩ nhi khoa nổi tiếng, cũng là người nghĩ ra Thang đánh giá hành vi trẻ sơ sinh (NBAS), minh họa những khác biệt nổi bật ở trẻ con bằng cách khảo sát chi tiết một vài nghiên cứu mẫu.

KOPP, C. (1993). *Baby steps: The "whys" of your child's behavior in the first two years.* New York: Freeman. Theo như tựa sách, sách này không chỉ nói về trẻ sơ sinh. Tuy nhiên chúng tôi khuyên bạn nên đọc vì tác giả bắt đầu bằng trẻ sơ sinh và lần theo sự thay đổi diễn ra trong phát triển cơ thể, vận động, tâm thần và cảm xúc xã hội.

TANNER, J. M. (1990). *Fetus into man: Physical growth from conception to maturity* (tái bản). Cambridge, MA: Harvard University Press. Tanner là người có uy tín hàng đầu, đưa ra một giải thích dễ hiểu về sự phát triển con người.






OSHKOSH
B'GOSH

CHƯƠNG 4

SỰ XUẤT HIỆN TƯ DUY VÀ NGÔN NGỮ

Trong phim *Look Who's Talking,* chúng ta chia sẻ bí mật với suy nghĩ giống như người lớn của một đứa trẻ về sự ra đời của mình, thay tã, và các bạn trai nhỏ của mẹ. Dĩ nhiên, một ít người trong số chúng ta nghĩ rằng trẻ con có khả năng suy nghĩ tinh vi này. Nhưng suy nghĩ nào chi phối tâm trí của đứa trẻ vốn chưa thể nói ra được? Sự phát triển nhận thức của trẻ con trong tuổi ẵm ngửa và đầu thời thơ ấu như thế nào? Điều gì tạo ra những thay đổi này?

Những câu hỏi trên là tiêu điểm trong chương này. Chúng ta bắt đầu bằng những gì từ lâu được xem là giải thích dứt khoát về sự phát triển nhận thức, thuyết của Jean Piaget. Trong thuyết này, suy nghĩ phát triển qua 4 giai đoạn khác nhau từ tuổi ẵm ngửa cho đến thời thơ ấu.

Hai phần kế tiếp của chương này đề cập giải thích khác về sự phát triển nhận thức. Một giải thích, quan điểm xử lý thông tin, lần theo kỹ năng nhận thức đang phát triển của đứa trẻ trong nhiều lĩnh vực cụ thể, trong đó bao gồm kỹ năng nhớ. Một giải thích khác, thuyết Lev Vygotsky, nhấn mạnh nguồn gốc văn hóa của sự phát triển nhận thức và giải thích tại sao trẻ đôi lúc tự thầm thì với chính mình khi chơi đùa hoặc làm việc.

Trong suốt sự phát triển, đứa trẻ bày tỏ suy nghĩ của mình bằng ngôn ngữ nói và viết. Trong phần cuối của chương này, bạn sẽ hiểu trẻ con nắm vững âm thanh, từ ngữ và ngữ pháp trong tiếng mẹ đẻ như thế nào?

BẮT ĐẦU SUY NGHĨ: GIẢI THÍCH CỦA PIAGET

Mục tiêu nghiên cứu

- **Theo Piaget, sự đồng hóa, thích nghi và tổ chức cung cấp cơ sở phát triển nhận thức trong suốt cuộc đời như thế nào?**
- **Sơ đồ tiến bộ hơn ra sao khi đứa trẻ trải qua 6 giai đoạn suy nghĩ vận động nhận cảm?**
- **Đặc điểm phân biệt của suy nghĩ trong giai đoạn tiền hoạt động là gì?**
- **Một số khiếm khuyết trong giải thích phát triển nhận thức của Piaget là gì?**

JAMILA *3 tuổi thích trò chuyện với bà qua điện thoại. Đôi khi những cuộc chuyện trò này không thành công vì bà thì hỏi trong khi Jamila trả lời bằng cách gật đầu hoặc lắc đầu. Bố của Jamila giải thích rằng bà (và người khác nói qua điện thoại) không nhìn thấy cái gật đầu của bé – bé phải trả lời "có" hay "không". Nhưng Jamila vẫn cứ như cũ. Bố của bé không thể hiểu tại sao con mình sáng dạ, thích trò chuyện như thế lại không nhận ra gật hay lắc đầu không có ý nghĩa gì khi nói chuyện điện thoại.*

Tại sao Jamila vẫn cứ gật đầu khi nói chuyện điện thoại? Theo nhà Tâm lý học nổi tiếng người Thụy Sỹ Jean Piaget (1896 – 1980) thì hành vi này hoàn toàn bình thường. Trong thuyết của Piaget, suy nghĩ của trẻ con phát triển qua 4 giai đoạn khác nhau về chất. Trong phần này, chúng ta bắt đầu bằng cách mô tả một số đặc điểm chung trong thuyết của Piaget, rồi sau đó nghiên cứu giải thích suy nghĩ trong tuổi ẵm ngửa và trong những năm trước tuổi đến trường của Piaget, và sau cùng tìm hiểu một số ưu khuyết điểm của thuyết này.

CÁC NGUYÊN TẮC CƠ BẢN CỦA SỰ PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Piaget nghĩ rằng trẻ mang tính hiếu kỳ tự nhiên. Trẻ con luôn muốn tìm hiểu cảm giác của mình, và hình thành hiểu biết thế giới. Đối với Piaget, trẻ con ở mọi độ tuổi giống như các nhà khoa học ở chỗ đứa trẻ xây dựng lý thuyết về sự hoạt động của thế giới. Dĩ nhiên, lý thuyết của trẻ con thường không hoàn chỉnh. Tuy nhiên, lý thuyết của trẻ con rất có giá trị đối với nó vì lý thuyết này làm cho thế giới dễ đoán được hơn.

Theo Piaget, trẻ con tìm hiểu thế giới bằng sơ đồ, *cấu trúc tâm lý sắp xếp kinh nghiệm.* Sơ đồ là các phạm trù tư duy gồm nhiều sự kiện, đối tượng và kiến thức liên quan. Trong tuổi ẵm ngửa, hầu hết sơ đồ dựa trên hành động. Nghĩa là, trẻ con gom đồ vật thành nhóm dựa trên hành động mà nó có thể thực hiện đối với chúng. Chẳng hạn, trẻ bú, nắm bắt, sử dụng những hành động này để tạo ra các nhóm đối tượng nào có thể bú được và nhóm đối tượng nào có thể nắm bắt được.

Sơ đồ cũng quan trọng đối với trẻ con sau tuổi ẵm ngửa, nhưng lúc này chủ yếu

dựa vào mối quan hệ chức năng hoặc khái niệm chứ không phải dựa vào hành động. Chẳng hạn, đứa trẻ trước tuổi đến trường hiểu rằng nĩa, dao, và muỗng hình thành nhóm chức năng "đồ vật mình dùng để ăn". Hoặc nó biết rằng chó, mèo và cá vàng hình thành nhóm khái niệm "thú cưng".

Như đứa trẻ trước tuổi đến trường, đứa trẻ lớn và thanh niên có sơ đồ dựa trên sơ đồ chức năng và khái niệm. Nhưng họ cũng có sơ đồ dựa trên các thuộc tính ngày càng trừu tượng hơn. Chẳng hạn, thanh niên có thể đưa chủ nghĩa phát xít, phân biệt chủng tộc, và đối xử phân biệt giới tính vào nhóm "ý thức hệ tôi ghê tởm".

Vì thế, sơ đồ đối tượng, sự kiện và quan điểm liên quan đều có trong suốt sự phát triển. Nhưng khi đứa trẻ phát triển, nguyên tắc tạo ra sơ đồ của nó thay đổi từ hoạt động cụ thể sang thuộc tính chức năng, khái niệm và sau này là thuộc tính trừu tượng của đối tượng, sự kiện và quan điểm.

Sự đồng hóa và thích nghi

Sơ đồ thay đổi thường xuyên, phù hợp với kinh nghiệm của trẻ con. Thực ra, sự thích nghi trí năng bao gồm hai quá trình cùng nhau hoạt động: sự đồng hóa và thích nghi. Sự đồng hóa *diễn ra khi kinh nghiệm mới được kết hợp vào trong sơ đồ hiện có*. Hãy tưởng tượng đứa trẻ đang có sơ đồ cầm nắm quen thuộc. Như đứa trẻ trong ảnh (bên trên), ít lâu sau nó hiểu rằng sơ đồ cầm nắm cũng có tác dụng hiệu quả đối với khối xây dựng, ôtô đồ chơi và các đồ vật nhỏ khác. Phát triển sơ đồ cầm nắm hiện có sang các đồ vật mới minh họa cho sự đồng hóa. Sự thích nghi *diễn ra khi sơ đồ được sửa đổi dựa theo kinh nghiệm*. Ít lâu sau đứa trẻ hiểu rằng có thể dùng hai tay mới nhấc nổi đồ vật và một số không thể nhấc nổi. Thay đổi sơ đồ sao cho sơ đồ có tác dụng đối với đồ vật mới (chẳng hạn dùng hai tay để cầm đồ vật nặng) minh họa sự thích nghi.



Sự đồng hóa và thích nghi thường dễ hiểu hơn khi bạn nhớ là Piaget cho rằng trẻ con ở tuổi ẫm ngửa, trẻ con và thanh niên hình thành lý thuyết để cố tìm hiểu sự kiện và đối tượng quanh mình. Trẻ con ở tuổi ẫm ngửa với lý thuyết cho rằng có thể dùng một tay nhấc đồ vật và nhận thấy lý thuyết của mình được khẳng định khi cầm đồ vật nhỏ nhưng nó sẽ ngạc nhiên khi cố cầm một quyển sách to. Kết quả không ngờ buộc đứa trẻ xem lại lý thuyết của mình để bao gồm chứng cứ mới này, giống như một nhà khoa học thật sự.

Sự cân bằng và các giai đoạn phát triển nhận thức

Sự đồng hóa và thích nghi thường trong sự cân đối hoặc cân bằng. Trẻ con nhận thấy nhiều kinh nghiệm được đồng hóa vào trong sơ đồ hiện có nhưng đôi khi đứa trẻ cần điều chỉnh sơ đồ của mình để thích nghi với kinh nghiệm mới. Sự cân bằng này giữa đồng hóa và thích

nghi được minh họa bằng hình ảnh đứa trẻ với lý thuyết nâng nhấc đồ vật. Tuy nhiên, theo chu kỳ, sự cân bằng này bị đảo lộn, dẫn đến tình trạng mất cân bằng. Nghĩa là, đứa trẻ phát hiện rằng sơ đồ hiện tại của mình không phù hợp vì mình đã dành nhiều thời gian để thích nghi và ít dành thời gian cho sự đồng hóa. *Khi sự mất cân bằng xảy ra, đứa trẻ sắp xếp lại sơ đồ của mình để trở về trạng thái cân bằng, một quá trình mà Piaget gọi là* sự cân bằng. Để trở lại sự cân bằng, cách suy nghĩ hiện tại nhưng lúc này đã lỗi thời được thay bằng một tập hợp sơ đồ tiến bộ hơn, khác nhau về chất.

Một cách để tìm hiểu sự cân bằng là phải trở về phép ẩn dụ ví đứa trẻ như nhà khoa học. Như chúng ta đề cập trong chương 1, lý thuyết khoa học có cơ sở sẵn sàng giải thích một số hiện tượng nhưng phải thường xuyên xem lại để giải thích các hiện tượng khác. Lý thuyết của trẻ con giúp đứa trẻ tìm hiểu nhiều kinh nghiệm bằng dự đoán – chẳng hạn, điều gì sẽ xảy ra ("bây giờ là buổi sáng, vì thế là giờ ăn sáng"), hoặc ai sẽ làm điều gì ("mẹ đã đi làm, vì thế bố sẽ đưa mình đến trường") – nhưng lý thuyết phải được sửa đổi khi dự đoán không như ý muốn ("Bố nghĩ mình đã lớn tự đi học một mình, vì thế bố không đưa đi nữa").

Đôi khi các nhà khoa học nhận thấy lý thuyết của mình có nhiều sai lầm quan trọng không thể khắc phục bằng cách xem lại đơn thuần, thay vào đó, họ phải tạo ra một lý thuyết mới dựa trên lý thuyết trước đây nhưng khác nhau về cơ bản. Chẳng hạn, khi nhà thiên văn học Copernicus nhận thấy thuyết thái dương hệ với trái đất làm trung tâm sai lầm về cơ bản thì lý thuyết mới của ông được hình thành trên giả định cho rằng mặt trời là trung tâm của thái dương hệ. Tương tự, theo chu kỳ trẻ con đi đến tình trạng trong đó lý thuyết hiện tại của nó trông có vẻ sai lầm thì nó hủy bỏ những lý thuyết này để thiên về suy nghĩ tiến bộ hơn về thế giới tự nhiên và xã hội của mình.

Theo Piaget, những thay đổi cách mạng này trong tư duy diễn ra 3 lần trong suốt cuộc đời, vào khoảng 2, 7 và 11 tuổi, chia sự phát triển nhận thức thành 4 giai đoạn sau:

Giai đoạn phát triển	**Dải độ tuổi**
Vận động nhận cảm	Tuổi ẵm ngửa (0 – 2 tuổi)
Tiền hoạt động	Những năm trước tuổi đến trường và đầu tiểu học (2 – 7 tuổi)
Hoạt động cụ thể	Giữa và cuối những năm tiểu học (7 – 11 tuổi)
Hoạt động chính thức	Tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành (từ 11 tuổi trở lên)

Độ tuổi liệt kê chỉ phỏng chừng. Một số đứa trẻ trải qua giai đoạn này nhanh hơn một số đứa trẻ khác, tùy vào khả năng và kinh nghiệm. Tuy nhiên, con người duy nhất đi đến các hoạt động chính thức – loại tư duy tinh vi nhất – là thông qua 3 giai đoạn đầu. Suy nghĩ vận động nhận cảm luôn giúp phát triển suy nghĩ tiền hoạt động, đứa trẻ không thể "bỏ qua" giai đoạn suy nghĩ tiền hoạt động và trực tiếp chuyển từ giai đoạn vận động nhận cảm sang giai đoạn hoạt động cụ thể.

Trong các trang kế tiếp trong chương này, chúng ta nghiên cứu giải thích suy nghĩ vận động nhận cảm và tiền hoạt động của Piaget, giai đoạn từ lúc mới sinh đến khoảng 7 tuổi. Trong chương 6, chúng ta sẽ trở lại thuyết của Piaget để tìm hiểu giải thích của ông về suy nghĩ hoạt động cụ thể và hoạt động chính thức ở trẻ lớn và thanh niên.

SUY NGHĨ VẬN ĐỘNG NHẬN CẢM

Trước khi tìm hiểu mô tả tuổi ẵm ngửa của Piaget, chúng ta hãy ôn lại một số vấn đề trong tuổi ẵm ngửa mà chúng ta nghiên cứu trước đây. Trong chương 3, chúng ta hiểu rằng kỹ năng vận động ở trẻ con ở tuổi ẵm ngửa cải thiện thật nhanh trong năm đầu tiên, đỉnh điểm là tập đi khi 14 hoặc 15 tháng, kỹ năng vận động tinh vi phát triển nhanh trong cùng giai đoạn này, và kỹ năng nhận thức rất phát triển vào đầu tuổi ẵm ngửa cũng được cải thiện nhanh chóng.

Piaget (1951, 1952, 1954) cho rằng giai đoạn thay đổi kỹ năng nhận thức và vận động nhanh chóng này hình thành một giai đoạn dễ phân biệt trong sự phát triển con người. Giai đoạn vận động nhận cảm, *từ lúc mới sinh đến khoảng 2 tuổi là giai đoạn đầu tiên trong số 4 giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget.* Piaget chia giai đoạn này thành 6 phân đoạn. Tất cả trẻ con đều trải qua 6 phân đoạn này trong cùng thứ tự như nhau, nhưng ở mức độ khác nhau, vì thế độ tuổi chúng ta liệt kê ở đây chỉ phỏng chừng.

1. *Tập phản xạ (khoảng 0 – 1 tháng).* Trong chương 3, chúng ta hiểu rằng trẻ sơ sinh phản ứng phản xạ với nhiều kích thích. Khi trẻ sử dụng những phản xạ này trong tháng đầu, phản xạ được kết hợp nhiều hơn. Chẳng hạn, một vận động viên trong liên đoàn lớn đánh quả bạt mạnh hơn, nhiều uy lực hơn vận động viên trong liên đoàn nhỏ, trẻ con 1 tháng tuổi bú mạnh hơn và đều hơn trẻ sơ sinh. Phản xạ như thế này cung cấp cơ sở phát triển nhận thức nhiều hơn trong tuổi ẵm ngửa.

2. *Tập thích nghi: phản ứng vòng sơ cấp (khoảng 1 – 4 tháng).* Trong những tháng này, phản xạ được sửa đổi bằng kinh nghiệm. *Cơ chế chính cho sự thay đổi là* phản ứng vòng sơ cấp, *trong đó đứa trẻ tình cờ tạo ra một sự kiện thú vị liên quan đến cơ thể của chính mình rồi sau đó cố tái tạo sự kiện.* Chẳng hạn, đứa trẻ vô tình chạm ngón cái vào môi bằng cách này bắt đầu động tác bú và cảm giác dễ chịu khi thực hiện động tác bú. Sau này, trẻ cố gắng tái tạo những cảm giác này bằng cách đưa ngón cái vào miệng. Động tác bú không còn xảy ra nữa chỉ khi nào mẹ cho đứa trẻ ngậm vú, đứa trẻ đã tìm ra cách tự mình thực hiện động tác.

3. *Tạo ra sự kiện thú vị (khoảng 4-8 tháng).* Ban đầu, phản ứng vòng sơ cấp bao gồm những phản xạ chẳng hạn như bú hoặc cầm nắm. Tuy nhiên, bắt đầu trong Giai đoạn 3, đứa trẻ bắt đầu thể hiện sự quan tâm thế giới nhiều hơn. Lúc này, đồ vật thường xuyên là tiêu điểm trong phản ứng vòng. Chẳng hạn, đứa trẻ trong ảnh (bên dưới) vô tình lắc một đồ chơi mới. Nghe tiếng động thú vị, đứa trẻ cầm đồ chơi mới, cố lắc và lộ vẻ thích



thú khi nghe lại âm thanh ấy. Chuỗi này được lặp đi lặp lại nhiều lần.

Hành động mới lạ được lặp đi lặp lại với đồ vật biểu thị đặc điểm của phản ứng vòng thứ cấp. Phản ứng này có ý nghĩa quan trọng vì tượng trưng cho nỗ lực đầu tiên tìm hiểu đồ vật của đứa trẻ trong môi trường, tìm hiểu thuộc tính của đồ vật. Trẻ con không còn cầm nắm đồ vật "một cách thiếu suy xét" nữa, đơn thuần là vì tay mình đang tiếp xúc với một vật nào đó. Thay vào đó, đứa trẻ tìm hiểu âm thanh và hình dạng đi kèm với đồ vật.

4. *Hành vi có chủ tâm: tách phương tiện ra khỏi mục đích (khoảng 8-12 tháng).* Giai đoạn này đánh dấu sự khởi đầu của hành vi cân nhắc, có chủ ý. Lần đầu tiên, phương tiện và mục đích của hoạt động được phân biệt. Chẳng hạn, nếu bố mẹ để tay mình ở phía trước món đồ chơi thì đứa trẻ sẽ gạt tay bố mẹ ra để cầm được đồ chơi. Sơ đồ "gạt tay" là phương tiện để đạt được mục đích kích hoạt sơ đồ "cầm được đồ chơi". Kết hợp sơ đồ theo cách này là chứng cứ chắc chắn đầu tiên của hành vi có cân nhắc, có mục đích trong tuổi ẵm ngửa.

5. *Thử nghiệm (khoảng 12-18 tháng).* Trong giai đoạn này trẻ là nhà thực nghiệm chủ động. *Trẻ sẽ lặp lại sơ đồ cũ bằng đồ vật mới lạ – mà Piaget gọi là* phản ứng vòng bậc 3 – *như thể cố tìm hiểu tại sao đồ vật khác nhau thu được kết quả khác nhau.* Trẻ ở Giai đoạn 5 có thể cố ý lắc nhiều đồ vật khác nhau, cố khám phá đồ vật nào tạo ra âm thanh và đồ vật nào không tạo ra âm thanh. Hoặc trẻ con có thể quyết định để rơi đồ vật khác nhau để xem điều gì xảy ra. Nó đặt trong cũi khám phá rằng khi thú nhồi bông rơi xuống đất không nghe tiếng trong khi đồ chơi nặng hơn thường tạo ra "tiếng loảng xoảng" thích thú hơn khi rơi xuống đất.

Phản ứng vòng bậc 3 tượng trưng cho sự phát triển có ý nghĩa của hành vi có chủ tâm trong Giai đoạn 4. Lúc này đứa trẻ lặp lại hành động với nhiều đồ vật khác nhau *chỉ vì* mục đích để xem điều gì sẽ xảy ra.

6. *Sử dụng biểu tượng (khoảng 18 – 24 tháng).* Lúc 18 tháng, hầu hết trẻ con bắt đầu trò chuyện và ra điệu bộ (được đề cập trong phần cuối của chương này). Những hành động này rất quan trọng vì chúng minh họa khả năng sử dụng biểu tượng đang phát triển ở trẻ con biết đi chập chững. Từ ngữ và điệu bộ là biểu tượng tượng trưng cho một vấn đề khác: vẫy tay và chào "tạm biệt" là cách biểu thị bạn sắp đi. Giả vờ chơi, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn trong chương 5, cũng cho thấy trẻ con sử dụng biểu tượng. Chẳng hạn, trẻ 20 tháng tuổi có thể đưa tay qua lại trước miệng giả vờ đang đánh răng.

Một khi trẻ con có thể sử dụng biểu tượng thì nó bắt đầu dự đoán kết quả của hành động trong đầu, thay vì phải thực hiện hành động. Hãy tưởng tượng rằng đứa trẻ cùng bố mẹ dựng tháp bằng hình khối lắp ghép gần cửa cái đang mở. Ra khỏi phòng, đứa trẻ ở Giai đoạn 5 sẽ đóng cửa, làm tháp ngã. Đứa trẻ này không thể đoán được kết quả có thể dự đoán của việc đóng cửa. Trái lại, đứa trẻ ở Giai đoạn 6 có thể đoán được hậu quả đóng cửa, và trước khi đóng sẽ dời tháp đi nơi khác.

Sử dụng biểu tượng là thành tựu hoàn thiện trong giai đoạn vận động nhận cảm. Chỉ trong 2 năm, đứa trẻ tiến bộ từ phản ứng phản xạ sang xử lý biểu tượng. Trong bảng (trang 161) thể hiện những thay đổi này.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Trẻ con có trọng lượng sinh thấp thường phát triển trí năng chậm (trang 103–104). Theo Piaget, sự chậm trễ này diễn ra ở hình thức nào?

PHÂN ĐOẠN TRONG GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN VẬN ĐỘNG NHẬN CẢM

Phân đoạn	Độ tuổi (tháng)	Thành tựu	Minh họa
1	0 – 1	Phản xạ mang tính kết hợp.	Bú vú
2	1 – 4	Phản ứng vòng sơ cấp – phản ứng tập quen đầu tiên của đứa trẻ đối với thế giới.	Mút tay
3	4 – 8	Phản ứng vòng thứ cấp – giúp đứa trẻ tìm hiểu thế giới đồ vật.	Lắc đồ chơi
4	8 – 12	Chuỗi sơ đồ phương tiện – mục đích, đánh dấu khởi đầu hành vi có chủ tâm.	Dẹp vật cản để tiếp cận đồ chơi
5	12 – 18	Phản ứng vòng bậc 3 phát triển giúp đứa trẻ thử nghiệm.	Lắc đồ chơi khác nhau để nghe tiếng động
6	18 – 24	Xử lý biểu tượng thể hiện trong ngôn ngữ, điệu bộ và giả vờ chơi.	Ăn thức ăn giả vờ bằng nĩa giả vờ

Khả năng sử dụng biểu tượng suy nghĩ đánh dấu kết thúc suy nghĩ vận động nhận cảm và bắt đầu suy nghĩ tiền hoạt động, chúng ta sẽ tiếp tục khảo sát.

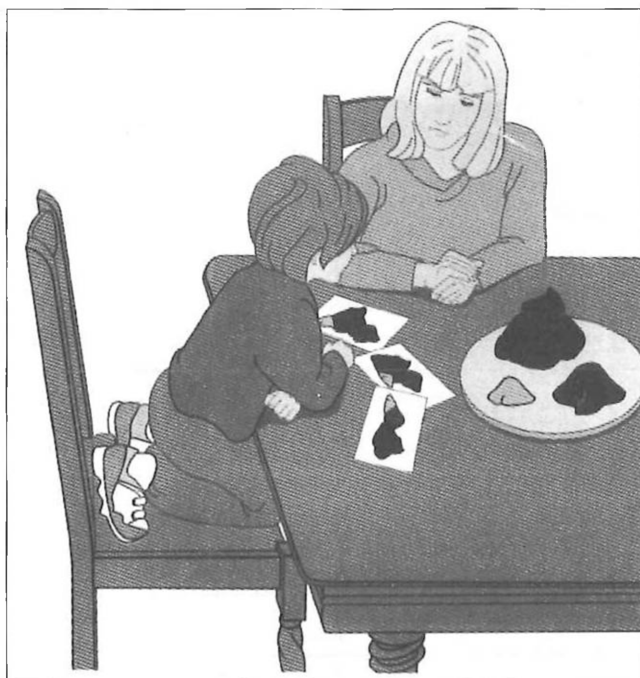
SUY NGHĨ TIỀN HOẠT ĐỘNG

Một khi đứa trẻ bước vào giai đoạn suy nghĩ tiền hoạt động, ở trẻ con đã có sẵn khả năng sử dụng biểu tượng tuyệt vời. Dĩ nhiên, việc thành thạo trong khả năng này là một quá trình kéo dài suốt đời, nỗ lực ở đứa trẻ trước tuổi đến trường mang tính thăm dò và đôi khi không chính xác (DeLoache, 1995). Piaget nhận dạng nhiều khiếm khuyết đặc trưng trong kỹ năng sử dụng biểu tượng non nớt của đứa trẻ trước tuổi đến trường. Chúng ta hãy khảo sát 3 khiếm khuyết.

➡ *Thuyết Tự đề cao mình*

Đứa trẻ trong giai đoạn tiền hoạt động nghĩ rằng người khác nhận xét về thế giới – nghĩa đen lẫn nghĩa bóng – giống hệt như mình. Tự đề cao mình *là khó nhìn thế giới từ quan điểm của người khác*. Khi đứa trẻ bướng bỉnh bám lấy suy nghĩ theo cách của riêng mình thì nó hoàn toàn không bị phản đối. Đứa trẻ trong giai đoạn tiền hoạt động hoàn toàn không hiểu rằng người khác có quan điểm, nhận thức và cảm xúc khác nhau.

Một trong những thí nghiệm nổi tiếng của Piaget, bài toán 3 ngọn núi, chứng minh tính tự đề cao mình ở trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động (Piaget & Inhelder, 1956, Chương 8). Trẻ con ngồi vào bàn giống như trong hình (trang 162). Khi yêu cầu đứa trẻ trong giai đoạn tiền hoạt động chọn ảnh tương ứng với quan điểm của người khác về các ngọn núi thì nó thường chọn ảnh thể hiện quan điểm của chính mình về núi chứ không phải quan điểm của người khác. Trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động rõ ràng cho rằng các ngọn núi trông giống hệt nhau, nó cho rằng quan điểm của mình là quan điểm duy nhất, không phải là một trong số nhiều quan điểm có thể tưởng tượng ra. Theo Piaget, chỉ có đứa trẻ trong giai đoạn hoạt động cụ thể mới không có suy nghĩ như thế.



CHRISTINE: Hôm nay ông mặt trời rất buồn.

CHÚNG TÔI: Tại sao?

CHRISTINE: Vì trời nhiều mây. Trời không nắng. Ông mặt trời không nhìn thấy con!

CHÚNG TÔI: Thật quá xấu.

CHRISTINE: Xe đạp cũng buồn.

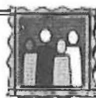
CHÚNG TÔI: Tại sao?

CHRISTINE: Vì con không cưỡi. Vì xe đạp ở một mình trong nhà xe, chỗ đó tối lắm.

Do tính tự đề cao mình, bé Christine trong giai đoạn tiền hoạt động nghĩ rằng vật thể như mặt trời và đồ vật như xe đạp cũng biết suy nghĩ giống như cô. Nghĩa là, vì cô bé có suy nghĩ và cảm giác nên cô bé nghĩ rằng người khác và đồ vật vô tri giác khác cũng thế.

Hãy nhớ rằng trong phần minh họa, bé Jamila 3 tuổi gật đầu khi nói chuyện với bà qua điện thoại. Hành vi này cũng phản ánh tính tự đề cao mình thời kỳ tiền hoạt động. Jamila nghĩ rằng vì cô biết rằng đầu mình đang di chuyển lên xuống (hoặc từ bên này sang bên kia) nên bà cũng phải biết điều này. Trong phần Người thật việc thật, chúng ta chứng kiến một biểu hiện khác của tính tự đề cao mình.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: CHRISTINE, THUYẾT TỰ ĐỀ CAO MÌNH, VÀ THUYẾT VẬT LINH

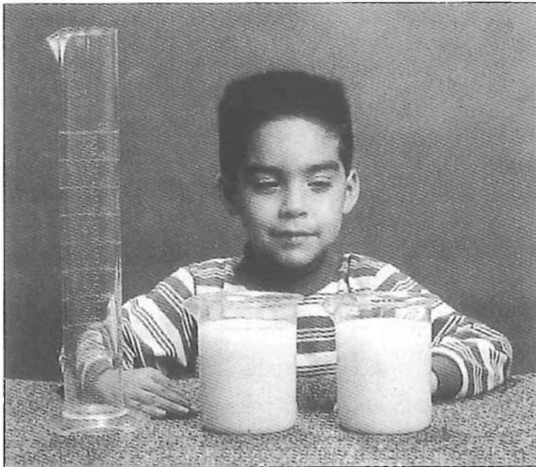


Vì tính tự đề cao mình, trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động thường quy kết suy nghĩ và cảm giác của mình cho người khác. Thậm chí nó cho đồ vật vô tri giác có các thuộc tính *giống như đời sống và sự sống, một hiện tượng gọi là thuyết Vật linh (Piaget, 1929)*. Chúng ta biết đứa trẻ 3 tuổi, Christine, minh họa điều này trong một cuộc chuyện trò giữa chúng tôi với cô gần đây trong một ngày mưa bão, u ám, hôm ấy cô bị buộc phải ở nhà.

Tính không thể nghịch đảo

Các phép tính logic và toán học thường có những nghịch đảo – thao tác "giải hoạt" hoặc đảo ngược kết quả phép tính. Nếu bắt đầu bằng 5 rồi thêm 3, bạn được 8, lấy 8 trừ cho 3, bạn có thể đảo ngược các bước của mình và trở lại 5. Đối với Piaget, tính có thể nghịch đảo loại này cũng áp dụng trong các hoạt động tâm lý. Cá thể trưởng thành có thể đảo ngược suy nghĩ của mình khi cần. Tuy nhiên, sự bất lực không thể nghịch đảo suy nghĩ là một đặc điểm của trẻ con ở tuổi tiền hoạt động.

Piaget chứng minh tính không thể nghịch đảo như thế trong một thí nghiệm nổi tiếng khác, bao gồm câu chuyện về số lượng của chất lỏng. Cho đứa trẻ xem 2 cốc giống hệt nhau rót đều cùng một lượng nước trái cây ép như nhau, như trong ảnh (trang 163 bên trái). Sau khi đứa trẻ nhất trí rằng nước trái cây ép trong 2 cốc đều bằng nhau, người ta rót nước trái cây ép trong một cốc vào cốc thứ 3. Cốc này thon hơn hai cốc trước nghĩa là nước trái cây ép khi rót vào cốc sẽ dâng cao hơn. Sau đó hỏi đứa trẻ hai cốc có lượng nước





trái cây ép bằng nhau hay không. Đứa trẻ tiền hoạt động đáp, "không". Nó lập luận rằng cốc thon hơn có nhiều nước trái cây ép hơn, không thể nghịch đảo phép tính nhẩm của mình để trở về sự bằng nhau ban đầu, đứa trẻ trả lời dựa vào mực nước trái cây ép. Trái lại, đứa trẻ lớn trong giai đoạn hoạt động cụ thể đáp, "có". Thông thường, đứa trẻ biện minh câu trả lời của mình bằng cách giải thích rằng nước trái cây ép có thể rót ngược lại bình chứa ban đầu, lượng vẫn như nhau.

Vẻ ngoài là thực tế

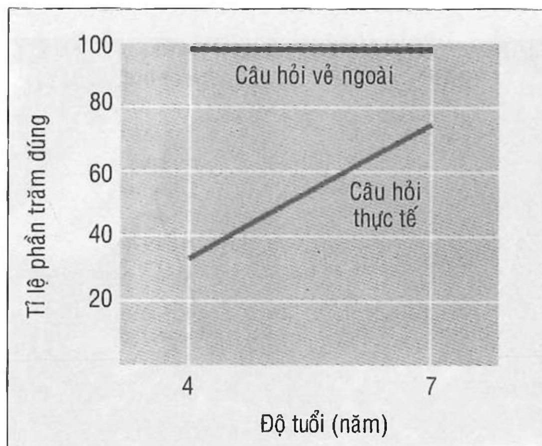
Nhiều trẻ con 3 tuổi quan sát anh chị của mình trong trang phục dự lễ Halloween như ma cà rồng, rất sợ khi khuôn mặt của anh chị ruột đeo chiếc mặt nạ khủng khiếp. Đối với đứa trẻ trong ảnh (bên phải trên), trang phục rùng rợn là thực tế, không phải vì một điều gì đó trông có vẻ đáng sợ nhưng không phải thật.

Bạn không nên kết luận rằng sự nhầm lẫn giữa vẻ ngoài và thực tế chỉ là trang phục và mặt nạ cụ thể. Đây là đặc điểm chung của suy nghĩ tiền hoạt động. Để tìm hiểu như thế nào, hãy nghĩ đến một số trường hợp thông thường trong đó vẻ ngoài và thực tế mâu thuẫn với nhau:

- Một bé trai tức giận vì một người bạn kém cỏi. Tuy nhiên, bé mỉm cười, vì bé sợ bạn bỏ đi nếu thấy mình lộ vẻ giận dữ.
- Một ly sữa có màu nâu khi nhìn qua mắt kính có tròng kính màu nâu.
- Một mẩu cao su cứng trông giống như thức ăn (chẳng hạn, giống mẩu bánh pizza).

Trẻ con lớn và người lớn hiểu rằng bé trai *trông có vẻ* vui, sữa *trông có vẻ* giống màu nâu, và đồ vật *trông có vẻ* giống thức ăn – nhưng bé trai *thực ra* đang giận dữ, sữa *thực ra* có màu trắng và đồ vật *thực ra* là cao su. Tuy nhiên, trẻ con tiền hoạt động thường nhầm lẫn giữa vẻ ngoài và thực tế. Và bé *thực ra* vui hay buồn.

Biểu đồ (trang 164) cho thấy đứa trẻ trả lời câu hỏi chính xác đến mức nào. Đối với tất cả trẻ con, câu hỏi về vẻ mặt của Sally dễ trả lời, trẻ 4 và 7 tuổi sẵn sàng trả lời rằng Sally trông có vẻ vui. Câu hỏi về cảm nghĩ thật sự của bé khó trả lời hơn nhiều, hầu hết trẻ con 4 tuổi trả lời câu hỏi không chính xác, thậm chí một số trẻ con 7 tuổi cũng trả lời sai. Vì thế, khi câu chuyện kể về những người mang tâm trạng buồn nhưng trông có vẻ vui, thì trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động quả quyết không những người ta trông có vẻ



Theo Friend & Davis, 1993.

vui mà họ còn vui thật sự nữa! Trái lại, trẻ 7 tuổi có nhiều khả năng chuyển sang suy nghĩ hoạt động cụ thể. Do đó, trẻ trả lời chính xác hơn nhiều.

Bạn có hoài nghi những chứng cứ này hay không? Bạn có nghi ngờ trẻ con dễ nhầm lẫn? Khi những chứng cứ này được báo cáo lần đầu tiên, nhiều nhà nghiên cứu cũng tỏ vẻ nghi ngờ. Họ thảo luận chi tiết để chứng minh rằng trẻ con có phần nào nhầm lẫn do một số khía cạnh không quan trọng trong thí nghiệm. Thật đáng ngạc nhiên, họ không thể bác bỏ kết quả ban đầu. Diễn đạt lại hướng dẫn, sử dụng tư liệu khác, và thậm chí tập luyện cho trẻ con đều có tác động tương đối nhỏ (Siegler, 1998). Nhầm lẫn về vẻ ngoài và thực tế hoàn toàn là đặc điểm ăn sâu trong suy nghĩ tiền hoạt động nhất là trong những năm đầu của giai đoạn này.

Phần Tự tìm hiểu cho thấy cách bạn có thể nhìn thấy một số đặc điểm này trong suy nghĩ tiền hoạt động.

TỰ TÌM HIỂU: SUY NGHĨ TIỀN HOẠT ĐỘNG TRONG HÀNH ĐỘNG



Cách tốt nhất để tìm hiểu một số thay đổi phát triển mà Piaget mô tả là phải kiểm tra một số trẻ con với cùng trắc nghiệm mà Piaget đã sử dụng. Trắc nghiệm chuyện trò ở trang 162 là điển hình vì trắc nghiệm đơn giản và trẻ rất thích. Trước tiên, hãy yêu cầu trẻ con 3 hoặc 4 tuổi khẳng định rằng lọ chứa có cùng lượng chất lỏng bằng nhau hay không. Sau đó, rót chất lỏng từ một lọ chứa sang lọ chứa thứ ba, có hình dạng khác. Lúc này hỏi đứa trẻ xem lượng chất lỏng có như nhau hay không và yêu cầu nó giải thích câu trả lời của mình.

Bạn cũng nên kiểm tra trẻ con trong trắc nghiệm vẻ ngoài – thực tế. Tìm vật bằng cao su "giống như thức ăn", hỏi trẻ xem đồ vật này "giống cái gì" và đồ vật ấy "thực sự như thế" hay không. Cho đứa trẻ quan sát một ly nước bằng kính mát và hỏi trẻ xem nước có màu gì, thực sự có phải thế hay không. Cũng giống như đứa trẻ mà Piaget trắc nghiệm, trẻ con 3 tuổi có thể quả quyết rằng lượng chất lỏng thay đổi khi bạn rót chất lỏng vào một lọ chứa khác và sẽ cho rằng cao su thực sự là thức ăn, nước có màu nâu thực sự. Bạn hãy tự tìm hiểu!

ĐÁNH GIÁ THUYẾT CỦA PIAGET

Vì thuyết của Piaget bao hàm toàn diện nên kích thích rất nhiều nghiên cứu. Phần lớn công trình này ủng hộ quan điểm của Piaget cho rằng trẻ con chủ động tìm hiểu thế giới quanh mình, sắp xếp kiến thức của mình và sự phát triển nhận thức bao gồm nhiều thay đổi quan trọng về chất (Brainerd, 1996; Flavell, 1996).

Một đóng góp quan trọng của thuyết Piaget là nhiều giáo viên và phụ huynh nhận thấy đây là nguồn quan điểm phong

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Erik Erikson và Sigmund Freud cũng đề xuất các giai đoạn phát triển của trẻ con trong tuổi ẵm ngửa và đầu thời thơ ấu. Các giai đoạn của họ so sánh ra sao với các giai đoạn của Piaget?

phú về cách nuôi dưỡng sự phát triển của trẻ. Chẳng hạn, Piaget lập luận rằng sự phát triển nhận thức diễn ra khi đứa trẻ hình thành sự hiểu biết thế giới của chính mình, vì thế vai trò của giáo viên là phải tạo ra môi trường để nó có thể tự mình tìm hiểu sự hoạt động của thế giới. Phụ huynh hoặc giáo viên không nên cho trẻ con biết cách giải quyết vấn đề mà chỉ nên cung cấp tư liệu cho nó sao cho nó tự tìm ra giải pháp.

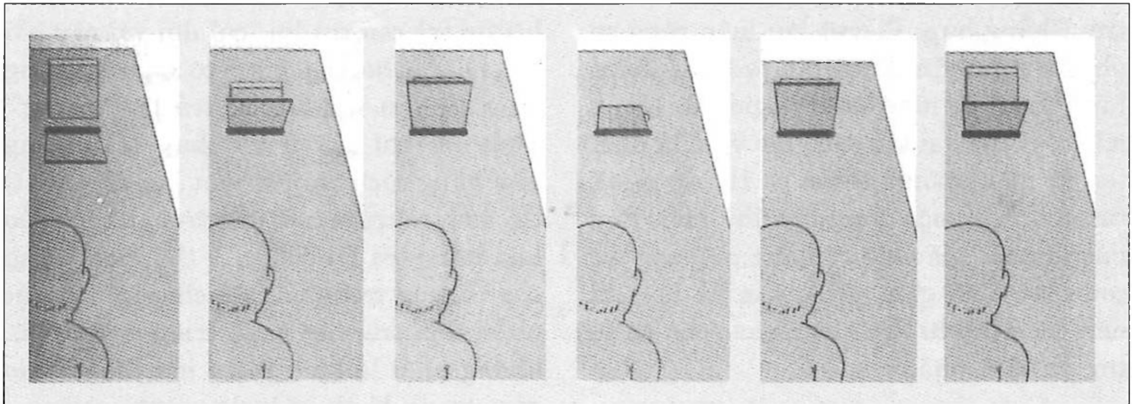
Mặc dù nhiều đặc điểm chung trong thuyết của Piaget được tán thành, đối với các vấn đề cụ thể, một số yếu tố của thuyết được ủng hộ nhiều hơn các thuyết khác. Chúng ta hãy khảo sát một số ý kiến phê bình.

➡ *Các giải thích hoạt động thay thế*

Như chúng ta đã biết, Piaget giải thích sự phát triển nhận thức bằng cách sử dụng các cấu trúc như sự thích nghi, đồng hóa và sơ đồ. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu sau này nhận thấy rằng hoạt động của trẻ con trong trắc nghiệm của Piaget thường được giải thích tốt hơn bằng các cấu trúc lý thuyết khác. Chẳng hạn, hoạt động của trẻ con ở tuổi tiền hoạt động trong các trắc nghiệm chuyện trò có vẻ như phản ánh ít nhất một phần tính nhạy cảm đang phát triển của nó đối với các sắc thái ngôn ngữ chứ không phải đơn thuần do thiếu khả năng có thể nghịch đảo. Cách diễn đạt câu hỏi về lượng nước hóa ra mang tính quyết định (Winer, Craig, & Weinbaum, 1992). Nên nhớ rằng trong quá trình này, đứa trẻ được hỏi 2 lần lượng nước trong 2 cốc có bằng nhau hay không – 1 lần trước khi rót nước và 1 lần sau khi rót nước. Trong chuyện trò hàng ngày, câu hỏi thường được lặp đi lặp lại như câu hỏi này vì câu trả lời lần đầu tiên thường sai. Hoặc có thể được lặp lại vì câu trả lời lúc đầu đúng nhưng có sự thay đổi đến mức bây giờ trở thành sai. Cả hai nguyên tắc về câu hỏi này sẽ hướng trẻ con trả lời "có" đối với câu hỏi đầu phải tự hỏi liệu mình có sai hay không và có lẽ lần thứ hai sẽ trả lời "không". Thật ra, khi quá trình thay đổi (chẳng hạn bằng cách chỉ hỏi một lần duy nhất) thì đứa trẻ trước tuổi đến trường có nhiều khả năng trả lời đúng. Vì thế, hoạt động của trẻ con trong vấn đề chuyện trò một phần dựa trên sự phát triển ngôn ngữ, không phải là khái niệm mà Piaget bao gồm trong lý thuyết của mình.

Các nhà nghiên cứu cũng đặt nghi vấn đối với nghiên cứu hiểu biết đồ vật ở đứa trẻ của Piaget (Goubet & Clifton, 1998; Munakata và người khác, 1997). Theo Piaget, một trong những cột mốc của trẻ con ở tuổi ẵm ngửa là hiểu biết rằng đồ vật tồn tại độc lập với chính mình và hành động của mình. Ông quả quyết rằng trẻ con từ 1 đến 4 tháng tuổi – trong Giai đoạn 2 của giai đoạn vận động nhận cảm – nghĩ rằng đồ vật không còn tồn tại nữa khi chúng biến mất khỏi tầm nhìn (xa mặt cách lòng). Điều này có vẻ thật ngạc nhiên nếu bạn lấy một đồ chơi ưa thích ra khỏi tay đứa trẻ 3 tháng tuổi, giấu nó dưới tấm vải ngay phía trước thì nó không tìm đồ chơi ấy nữa, cho dù nhìn thấy rõ hình dạng đồ chơi ấy dưới tấm vải và trong tầm tay!

Bắt đầu vào khoảng 4 hoặc 5 tháng, Piaget nhận thấy trẻ con tìm kiếm đồ vật. Hiểu biết đồ vật chưa hoàn hảo vì thậm chí trẻ con lớn đôi khi không thể tìm thấy đồ vật bị giấu đi. Nếu trẻ con 9 tháng tuổi nhìn thấy một đồ vật bị giấu dưới một lọ chứa thì khi thấy đồ vật bị giấu dưới một lọ chứa thứ hai, hầu hết trẻ con thường tìm đồ chơi giấu bên dưới lọ chứa thứ nhất. Piaget quả quyết chứng minh hiểu biết đồ vật phân mảnh của trẻ con 9 tháng tuổi. Trẻ con không tự mình phân biệt đồ vật từ hành động mà nó dùng để định vị đồ vật chẳng hạn



nhấc một thùng cụ thể. Cho đến khoảng 18 tháng tuổi đứa trẻ mới hiểu biết hoàn toàn tính thường trực của đồ vật.

Tuy nhiên, các nhà khoa học khác không tin trẻ con bị hạn chế trong việc hiểu biết đồ vật như thế. Renée Baillargeon (1987, 1994) nghĩ ra một phương pháp thông minh hơn, như trong sơ đồ (bên trên), để nghiên cứu hiểu biết đồ vật của trẻ con. Đầu tiên nó nhìn thấy một màn bạc hiện ra được kéo tới lui. Khi nó quen với cách trình bày này, người ta đưa ra một trong số hai cách trình bày mới. Trong *sự kiện có thể,* hiện ra một hộp màu vàng, nhưng màn ảnh tiếp tục xoay tròn như trước. Màn ảnh xoay ngược lại rồi sau đó xoay tới để lộ ra hộp màu vàng. Có thể tạo ra ảo giác vì hộp được đặt trên một sàn có thể di chuyển cho phép kéo hộp ra khỏi màn ảnh đang di chuyển. Tuy nhiên, từ góc độ của trẻ con, có vẻ như hộp biến mất phía sau màn, chỉ xuất hiện lại.

Biến mất và thấy hộp xuất hiện trở lại trái với quan điểm cho rằng đồ vật tồn tại thường trực. Do đó, trẻ con hiểu sự tồn tại thường trực của đồ vật sẽ nhận thấy sự kiện không thể là một kích thích thật sự mới lạ và quan sát sự kiện này lâu hơn sự kiện có thể. Baillargeon nhận thấy trẻ 4 tháng rưỡi tuổi luôn nhìn sự kiện không thể lâu hơn sự kiện có thể. Trẻ rõ ràng nghĩ rằng sự kiện không thể là mới lạ cũng như thời thơ ấu nó ngạc nhiên khi thấy đồ vật biến mất trong chiếc khăn quàng của nhà ảo thuật.

Rõ ràng, trẻ con có một số hiểu biết về tính thường trực của đồ vật ở độ tuổi sớm hơn dự đoán trong thuyết của Piaget nhiều. Tại sao có sự khác nhau? Nên nhớ rằng Piaget thường đánh giá dựa trên trắc nghiệm là đứa trẻ phải tìm đồ vật bị mất. Sự tìm kiếm đòi hỏi kỹ năng vận động – tiếp cận và cầm nắm chẳng hạn – rõ ràng đây là những kỹ năng hạn chế ở trẻ nhỏ không phải trẻ hiểu biết đồ vật mang tính thường trực.

Chứng cứ trái ngược về sự hiểu biết tính thường trực của đồ vật ở trẻ con và sự bảo toàn không có nghĩa là thuyết của Piaget sai về cơ bản. Trong một số trường hợp, thuyết này cần phải được xem lại để bao gồm cấu trúc quan trọng mà Piaget đã bỏ sót.

➡ *Tính nhất quán trong thực hiện*

Theo quan điểm của Piaget, mỗi giai đoạn phát triển trí năng bao gồm một tập hợp hợp nhất các cấu trúc suy nghĩ có trong suy nghĩ của đứa trẻ. Chẳng hạn, suy nghĩ tiền hoạt động để lại dấu ấn trong tất cả hoạt động của đứa trẻ. Đối với trắc nghiệm bảo toàn như ở trên kia, trẻ con 4 tuổi luôn trả lời theo cách tiền

hoạt động: nó quả quyết rằng nước bằng nhau sau khi rót và nghĩ rằng người khác cũng nhìn thấy giống như mình. Thực ra, nghiên cứu cho thấy một số tính nhất quán trong thực hiện các trắc nghiệm khác nhau, nhưng cũng thường gặp ngoại lệ (Siegler, 1981). Trẻ con có thể tiến bộ trong trắc nghiệm bảo toàn, hoàn toàn trung bình trong trắc nghiệm, và có phần nào giảm sút trong các trắc nghiệm khác của Piaget. Tính khả biến này không được kết hợp vào quan điểm giai đoạn hợp nhất của Piaget vốn vẫn còn lưu lại dấu ấn đặc trưng trong mọi lĩnh vực.

➡ *Tác động của văn hóa đối với nhận thức*

Piaget cho rằng trẻ con thông qua sự thích nghi và đồng hóa, xây dựng hình ảnh thế giới của riêng mình. Người ta cho rằng sự hình thành thực tế này phần lớn là do đứa trẻ tự làm không bị ảnh hưởng của người khác. Người ta cho rằng 4 giai đoạn phát triển nhận thức là để áp dụng cho trẻ con và thanh niên ở mọi nơi cho dù sống trong nền văn hóa nào đi nữa. Mặc dù Piaget nhận thấy rằng suy nghĩ của trẻ con chịu ảnh hưởng của bố mẹ, anh chị em ruột, trường học và các yếu tố khác trong nền văn hóa, ông nhất quyết cho rằng những yếu tố này tương đối ít có tác động đối với sự phát triển của đứa trẻ trong suốt 4 giai đoạn của mình. Chúng ta sẽ thấy trong phần tiếp theo trong chương, không phải lý thuyết gia nào cũng chia sẻ quan điểm của Piaget cho rằng văn hóa ít có tác động đến sự phát triển nhận thức.

Những ý kiến phê bình này không có nghĩa là thuyết của Piaget không giá trị hoặc nên xem thường. Như đã nêu, thuyết này vẫn còn là lời giải thích đầy đủ nhất về sự phát triển nhận thức. Tuy nhiên, trong những năm gần đây, các nhà nghiên cứu nỗ lực tìm hiểu hiểu biết phát triển nhận thức của ta, sử dụng các quan điểm lý thuyết khác chẳng hạn như tiếp cận xử lý thông tin được khảo sát trong phần sau.

TỰ KIỂM TRA

1. Từ ______ có nghĩa sửa đổi sơ đồ dựa trên kinh nghiệm.
2. Theo Piaget, ______ là cấu trúc tâm lý sắp xếp kinh nghiệm.
3. ______ là một sự kiện mà trẻ cố lặp lại vì nó tạo ra kết quả thú vị với đồ vật.
4. Đỉnh cao giai đoạn vận động nhận cảm diễn ra trong Giai đoạn 6 khi đứa trẻ ______.
5. Trẻ con trước tuổi đến trường thường ______, có nghĩa là trẻ không thể theo quan điểm của người khác.
6. Trẻ tiền hoạt động đôi khi qui kết suy nghĩ và cảm giác cho vật vô tri giác, gọi là ______.
7. Trái với dự đoán trong thuyết của Piaget, khi đứa trẻ được kiểm tra trong trắc nghiệm khác nhau của Piaget thì hoạt động của nó ______.
8. Bạn có thể thấy được tác động nào trong khuôn khổ tâm sinh học xã hội ở sự phát triển của trẻ con trong suốt 6 phần đoạn trong giai đoạn vận động nhận cảm?

Trả lời: (1) sự thích nghi, (2) sơ đồ, (3) phản ứng vòng thứ cấp, (4) bắt đầu sử dụng biểu tượng, (5) tự đề cao mình, (6) thuyết vật linh, (7) không phải lúc nào cũng nhất quán trong mọi trắc nghiệm

---

XỬ LÝ THÔNG TIN CỦA TRẺ CON TRONG TUỔI ẴM NGỮA VÀ ĐẦU THỜI THƠ ẤU

Mục tiêu nghiên cứu

- **Cơ sở tiếp cận xử lý thông tin là gì?**
- **Trẻ con chú ý tốt đến mức nào?**
- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con trước tuổi đến trường có nhớ hay không?**
- **Khiếm khuyết nào trong xác nhận nhân chứng của trẻ con trước tuổi đến trường? Chúng ta có thể làm điều gì để xác nhận ấy đáng tin hơn?**
- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa có thể phân biệt sự khác nhau về lượng hay không?**
- **Trẻ con trước tuổi đến trường đếm ra sao?**

CÁCH ĐÂY MỘT VÀI NGÀY, *bé Cheryl 4 tuổi kể cho mẹ nghe một câu chuyện làm mọi người lo lắng. Bé kể cách đây một vài tháng, ông Johnson, một người hàng xóm cũng là người bạn lâu năm của gia đình, cởi quần bé và chạm tay vào "chỗ kín". Mẹ bé bị sốc. Bà luôn nghĩ rằng ông Johnson là người đàng hoàng, khiến bà tự hỏi không biết con mình có tưởng tượng ra câu chuyện này hay không. Nhưng đôi khi thấy ông Johnson có vẻ hơi là lạ, vì thế lời khẳng định của con gái khiến bà nghĩ có thể là sự thật.*

Ngày nay, nhiều người theo thuyết Phát triển vay mượn từ ngành khoa học máy tính để phát biểu quan điểm của mình một cách có hệ thống về suy nghĩ của con người và cách phát triển của tư duy (Kail & Bisanz, 1992; Plunkett, 1996). Bạn nhớ lại trong chương 1, tiếp cận này được gọi là xử lý thông tin. Trong phần này, chúng ta tìm hiểu xử lý thông tin có cho biết điều gì về suy nghĩ của trẻ con và liệu chúng ta có nên tin bé Cheryl hay không?

CÁC NGUYÊN TẮC XỬ LÝ THÔNG TIN CHUNG

Trong chương I, chúng tôi giải thích rằng trong quan điểm Xử lý thông tin, suy nghĩ con người dựa trên cả phần mềm trí tuệ lẫn phần cứng trí tuệ. *Từ* phần cứng trí tuệ *ám chỉ cấu trúc tâm thần và thần kinh được tích hợp sẵn cho phép trí tuệ hoạt động. Từ* phần mềm trí tuệ *ám chỉ các chương trình trí tuệ vốn là cơ sở thực hiện nhiệm vụ cụ thể.* Theo các nhà Tâm lý học Xử lý thông tin, chính sự kết hợp phần mềm trí tuệ và phần cứng trí tuệ giúp trẻ thực hiện một nhiệm vụ cụ thể. Các nhà Tâm lý học Xử lý thông tin quả quyết rằng khi trẻ con phát triển, phần mềm trí tuệ của chúng phức tạp hơn, mạnh hơn và hiệu quả hơn.

Các nhà Tâm lý học Xử lý thông tin cho rằng giải quyết nhiệm vụ thành công thường đòi hỏi một số quá trình chung.

Chẳng hạn, sự chú ý và trí nhớ là yếu tố cần thiết trong hầu hết nhiệm vụ vì chúng giúp đứa trẻ lưu trữ thông tin và truy cập sau này. Dĩ nhiên, thực hiện thành công thường đòi hỏi quá trình và kiến thức cụ thể đối với lĩnh vực cụ thể. Chẳng hạn, muốn lấy 58 trừ 37, học cách chơi một game mới, và để xác định mấy giờ, sự chú ý và trí nhớ vẫn chưa đủ, bạn cần quá trình và kiến thức chuyên môn.

Trong một vài trang sau, chúng ta khảo sát sự phát triển của cả quá trình chung và riêng, bắt đầu bằng quá trình chú ý và trí nhớ.

SỰ CHÚ Ý

Bạn đã từng ngồi trong lớp nơi bạn biết mình phải nghe giảng bài và ghi chép nhưng bài giảng nhàm chán đến mức bạn để ý chuyện khác – mùi ngô rang, tiếng ồn ở công trình xây dựng bên ngoài hoặc một người hấp dẫn đang ngồi trước bạn hai dãy ghế? Một lúc sau, có thể bạn tự nhủ, "hãy chú ý!" Quá trình chú ý *xác định sẽ Xử lý thông tin nào chi tiết.* Trong lớp, điều quan trọng là trực tiếp chú ý nghe giảng hoặc nghe thảo luận chứ không phải chú ý đến các kích thích khác không liên quan với công việc trước mắt.

Như bạn nghĩ, trẻ con không chú ý hiệu quả, nhất là khi so với trẻ lớn và người lớn (Enns, 1990). Giống như bé trai bên trái trong ảnh (bên trên), trẻ con trước tuổi đến trường dễ bị sao lãng bởi thông tin bên ngoài. Tuy nhiên, chúng ta có thể giúp chúng chú ý tốt hơn. Một tiếp cận dễ làm



là làm nổi bật thông tin liên quan. Chẳng hạn, đóng cửa lớp không thể loại trừ hoàn toàn tiếng ồn và mùi ngô rang, nhưng làm cho đỡ hơn. Khi đứa trẻ trước tuổi đến trường ngồi vào bàn học hoặc bàn viết, chúng ta lấy đi đồ vật khác không cần thiết cho việc học. Một mẹo hữu dụng khác, nhất là đối với trẻ con là phải nhắc nhở trẻ chú ý thông tin liên quan và bỏ qua chuyện khác.

Trong Chương 6, chúng ta thấy rằng một số trẻ con bị rối loạn nên rất khó tập trung chú ý. Lúc này chúng ta hãy khảo sát một quá trình khác vốn là tâm điểm trong hầu hết công việc nhận thức: trí nhớ.

TRÍ NHỚ

Gần 6 tháng trôi qua từ khi bé Clark 2 tuổi rưỡi tham quan sân chơi này, nơi cậu bị té ngã, bị thương nặng ở cằm, trong trò chơi ván bập bênh. Tuy nhiên, khi nhìn thấy bạn mình chơi, gương mặt cậu tối sầm lại, nghiêm giọng nhắc nhở, "Clark đã bị té rồi đấy". Bố mẹ của trẻ trước tuổi đến trường thường ngạc nhiên trong trường hợp như thế này, trong đó đứa trẻ nhớ rõ sự kiện mà chính bố mẹ không nhớ ra.

Nguồn gốc trí nhớ được xác lập vào vài tháng đầu tiên sau khi sinh. Trẻ con nhớ các sự việc trong nhiều ngày hoặc thậm chí trong nhiều tuần. Một số nghiên cứu cho thấy khả năng nhớ của trẻ con dựa theo một phương pháp do Carolyn Rovee-Collier

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Các quá trình chú ý giống với quá trình nhận thức được mô tả ở trang 136 – 145 ra sao?

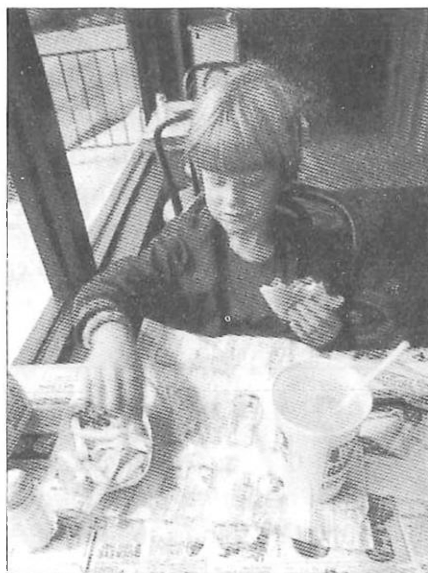


(1987; Bhatt & Rovee-Collier, 1996) nghĩ ra, như trong ảnh (bên trên). Một dải ruy băng treo từ thanh di động buộc vào chân bé, sau khi buộc dải ruy băng vào chân trong vòng vài phút, thì thanh di động di chuyển không ngừng, vì bé tập đá để tạo ra cử động cùng với thanh di động. Rovee-Collier nhận thấy rằng, khi trở lại nhà của bé vào vài ngày hoặc vài tuần sau, bé vẫn nhớ động tác đá để tạo ra sự di chuyển di động. Dĩ nhiên, sau cùng bé quên rằng động tác đá tạo ra sự di chuyển di động. Tuy nhiên, nếu Rovee-Collier gợi ý – cho bé xem thanh di động nhưng không buộc dải ruy băng vào chân bé – thì bé sẽ đá chân vào ngày hôm sau. Vì thế, Trong động tác đá của trẻ 3 tuổi để làm di chuyển thanh di động, chúng ta nhận thấy 3 đặc điểm quan trọng của trí nhớ: (1) nhớ lại thành công một sự kiện từ quá khứ, (2) qua thời gian, không còn nhớ sự kiện nữa và (3) gợi ý dùng để phục hồi trí nhớ có vẻ như đã quên (Rovee-Collier, 1997; Fagan và người khác, 1997).

Vào những năm trước tuổi đến trường, trí nhớ sự kiện của trẻ con rất rõ đến mức phải ngạc nhiên (Howe & Courage, 1997). Trong một nghiên cứu (Hamond & Fivush, 1991), trẻ con 4 tuổi được hỏi ý kiến về chuyến tham quan Disney World gần 18 tháng trước, khi nó chỉ mới 2 tuổi rưỡi. Những đứa trẻ này tự phát nhớ lại trung bình khoảng 10 đặc điểm trong chuyến đi chẳng hạn như "chuột Minnie thích em tôi", hoặc "em gái tôi nhìn thấy thuyền trưởng Hook".

Chuyến tham quan Disney World thật đặc biệt. Sự kiện mà trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con biết đi chập chững thường gặp chẳng hạn như đi ngủ, đi tắm và đi đến nhà hàng thức ăn nhanh sẽ được nhớ đến nhiều hơn. Những kinh nghiệm này bao gồm nhiều yếu tố diễn ra theo một chuỗi có thể dự đoán được. Ở một nhà hàng thức ăn nhanh, chuỗi sự kiện bao gồm gọi món ăn, trả tiền, lấy thức ăn, ngồi vào bàn, ăn, bỏ thức ăn thừa vào giỏ rác và bước ra. *Thông thường, sau một vài kinh nghiệm với những sự kiện này, trẻ con trước tuổi đến trường lơ đãng đối với các yếu tố thông thường, được lưu trữ trong bộ nhớ gọi là* vết nhớ.

Trẻ con trước tuổi đến trường có thể sử dụng vết nhớ để giúp chúng nhớ lại yếu tố riêng biệt trong một hoạt động. Tuy nhiên, vết nhớ cũng có thể làm sai lệch



sự nhớ lại của đứa trẻ. Đôi khi đứa trẻ nhầm lẫn điều gì thực sự diễn ra với điều gì được cụ thể hóa trong vết nhớ (Powell & Thomson, 1996). Chẳng hạn, khi bé trai nhỏ trong ảnh (trang 170 bên dưới) về đến nhà, bé có thể nhớ việc ném rác vào giỏ vì đây là một phần trong vết nhớ sau bữa ăn trong nhà hàng thức ăn nhanh, không phải vì cậu bé muốn làm như thế (Hudson, 1988). Trí nhớ không chính xác không thể mang tính quyết định trong tình huống như thế này, nhưng có thể là mấu chốt trong tòa án, chúng ta sẽ chứng kiến trong phần Tranh luận hiện nay.



TRANH LUẬN HIỆN NAY: TRẺ CON CHƯA TỚI TUỔI ĐẾN TRƯỜNG TRONG VỊ TRÍ NHÂN CHỨNG

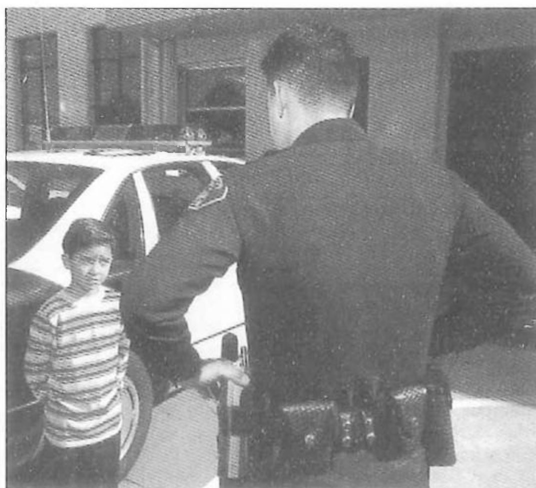
Hãy nhớ bé Cheryl, 4 tuổi, quả quyết rằng người hàng xóm đã chạm tay vào "chỗ kín". Thật đáng tiếc, tình tiết như thế này ngày nay nghe thường xuyên ở Mỹ. Khi tình nghi có sự lạm dụng thì nạn nhân thường là nhân chứng duy nhất. Để khởi tố người bị cho là lạm dụng, phải cần đến xác nhận của trẻ. Có thể tin trẻ con trước tuổi đến trường như bé Cheryl khi ra làm chứng trước tòa hay không?

Trả lời câu hỏi này xem ra không phải dễ. Trong kiện thưa, trẻ con thường được phỏng vấn nhiều lần, đôi khi từ 10 đến 15 lần. Qua quá trình đặt câu hỏi thường xuyên, người ta ở mọi độ tuổi đôi khi còn nhầm lẫn chuyện gì thực sự diễn ra, chuyện gì họ nghĩ có thể đã xảy ra và chuyện gì người khác cho rằng đã xảy ra. Trẻ con trước tuổi đến trường dễ nhầm lẫn như thế này (Brainerd & Reyna, 1996; Bruck & Ceci, 1997). Trí nhớ thực tế của đứa trẻ về sự kiện không rõ như trí nhớ của trẻ lớn và người lớn. Trẻ con trước tuổi đến trường cũng ít có khả năng phân biệt nguồn trí nhớ và suy nghĩ. Sau cùng, nếu trẻ giống như bé trai trong ảnh (bên phải) bắt đầu nghi ngờ trí nhớ của mình về một sự kiện và người có thẩm quyền đưa ra một phiên bản khác thì trẻ con trước tuổi đến trường thường quyết định rằng giải thích của người lớn là hoàn toàn đúng vì người lớn là người có uy quyền (Kail, 1990).

Bạn có nghi ngờ rằng các nhà chuyên môn bị chuyện bịa đặt của trẻ con trước tuổi đến trường làm cho nhầm lẫn hay không? Nói cho cùng, giới luật sư trên ti vi thường có cái nhìn chầm chặp, lạnh lùng trông có vẻ soi mói tìm điều đúng ở nhân chứng đang cố vi phạm lời thề "nói ra sự thật, toàn bộ sự thật, và không có gì ngoài sự thật". Chắc chắn đây phải là vấn đề đơn giản nên khi trẻ con không cố ý mô tả sự kiện chưa hề xảy ra? Các viên chức thực thi luật pháp và nhân viên bảo vệ trẻ em nghĩ rằng họ thường nói nếu đứa trẻ đang kể sự thật (Brigham & Spier, 1992), nhưng nghiên cứu nêu rõ một kết luận khác. Leichtman và Ceci (1995) mời các chuyên gia quan sát băng video quay một đứa trẻ trước tuổi đến trường đang kể sự thật cũng như các trẻ trước tuổi đến trường khác đang kể câu chuyện tưởng tượng. Viên chức thực thi luật pháp, nhân viên nghiên cứu nhóm đối tượng và các nhà Tâm lý học phát triển không thể phân biệt câu chuyện thực với chuyện bịa của chúng.

Trẻ con trước tuổi đến trường có thể cung cấp lời xác nhận đáng tin nhưng nhiều quá trình pháp lý thông thường, thường xem nhẹ khả năng đáng tin của lời xác nhận này. Chúng ta có thể làm gì để cải thiện khả năng đáng tin khi dùng trẻ con làm nhân chứng? Một số hướng dẫn như sau:

> Cảnh báo với đứa trẻ rằng người phỏng vấn đôi lúc đánh lừa hoặc gợi ra điều không xảy ra.
>
> Dùng câu hỏi đánh giá giả thuyết thay thế thay vì câu hỏi ngụ ý một câu trả lời đúng duy nhất.



Tránh hỏi đứa trẻ lặp đi lặp lại về một vấn đề duy nhất.

Áp dụng những hướng dẫn này có thể tạo ra tình huống trong đó đứa trẻ trước tuổi đến trường (và trẻ lớn) có nhiều khả năng cung cấp lời xác nhận chính xác. Quan trọng hơn, với sự hiểu biết tình huống phát sinh hành động lạm dụng nhiều hơn – chủ đề trong chương 7 – chúng ta có khả năng phòng tránh sự kiện này xảy ra.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Nghiên cứu thuyết của Piaget (trang 156) cho chúng ta biết điều gì về sự nguy hiểm khi hỏi trẻ lặp đi lặp lại?

Một trong những lợi ích của việc cải thiện sự chú ý và trí nhớ ở đứa trẻ là nó có khả năng hiểu biết trong lĩnh vực cụ thể. Các nhà Tâm lý học xử lý thông tin lần theo những thay đổi này trong nhiều lĩnh vực, bao gồm tập đọc, tập tìm cách nào đó, tập giải quyết vấn đề và tập các con số. Chúng ta sẽ nghiên cứu chi tiết kỹ năng về lượng, minh họa tiếp cận xử lý thông tin rất hiệu quả, cũng như giúp xác lập giai đoạn cho chương 6, trong chương này chúng ta sẽ đánh giá trình độ kỹ năng toán học của sinh viên Mỹ.

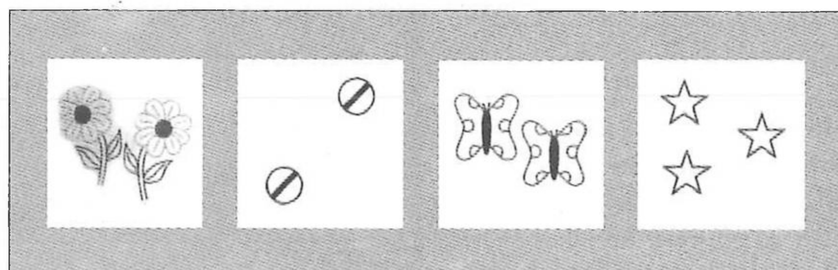
HIỂU BIẾT VỀ LƯỢNG

Khoảng 2 tuổi, khi người khác hỏi Laura Kail vào lần sinh nhật kế tiếp sẽ được bao nhiêu tuổi, bé thường đưa 5 ngón tay lên, tự hào đáp "3". Cùng lúc này, bé đếm, "1, 2, 3, 4, 5, 5, 8, 10". Những giai thoại này cho thấy hiểu biết đang phát triển của bé, nếu chưa hoàn hảo, rằng tên con số tương ứng với số lượng đồ vật nào đó và tập đếm bao gồm một chuỗi tên con số theo thứ tự cụ thể.

Nguồn gốc của kỹ năng đếm số cơ bản này có từ tuổi ẵm ngửa. Nhiều đứa trẻ ở tuổi ẵm ngửa và đứa trẻ biết đi chập chững thường có kinh nghiệm hàng ngày về lượng. Trẻ con chơi với hai ô ghép hình và nhận thấy các đứa trẻ có 3 ô, nó quan sát khi bố mẹ phân loại đồ giặt ủi và phát hiện 2 chiếc vớ đen nhưng chỉ có một chiếc vớ xanh, nó ăn một bánh hot dog trong buổi trưa trong khi anh mình ăn đến 3 bánh.

Từ những kinh nghiệm này, rõ ràng trẻ con nhận thức đúng rằng lượng hoặc số lượng là một trong nhiều cách phân biệt đồ vật trong thế giới. Kết luận này dựa trên nghiên cứu ở trẻ như trong hình vẽ sau.

Đồ vật trong hình vẽ khác nhau, cũng như kích thước, màu sắc và vị trí trong hình vẽ (bên dưới). Yếu tố chung duy nhất là mỗi hình vẽ trong 3 hình vẽ đầu mô tả hai vật cùng loại. Khi cho xem hình vẽ thứ nhất trong số những hình này, đứa trẻ nhìn trong vài giây, sau khi xem một số cặp hình vẽ như thế, đứa trẻ thoáng nhìn hình vẽ rồi nhìn nơi khác như thể muốn nói, "những hình vẽ này vẽ 2 đồ vật – chúng ta hãy xem hình khác". Thật ra, nếu một hình vẽ có một đồ vật duy nhất hoặc hình vẽ có 3 đồ vật cho đứa trẻ xem kế tiếp thì đứa trẻ sẽ nhìn lần nữa trong



vài giây. Rõ ràng, đứa trẻ quan tâm thêm lần nữa. Vì sự thay đổi hệ thống duy nhất là số lượng đồ vật trong hình vẽ, điều thấy rõ là đứa trẻ có thể phân biệt kích thích dựa trên số lượng. Trẻ con 5 tuổi thường phân biệt 2 đồ vật trong số 3 đồ vật, đôi khi phân biệt 3 đồ vật trong số 4 đồ vật (Canfield & Smith, 1996; Wynn, 1996).

Một vài tháng sau, đứa trẻ nói những từ đầu tiên. Tên con số không phải là những từ đầu tiên, khoảng 2 tuổi, đứa trẻ biết một số từ con số và bắt đầu đếm. Trẻ con thường đếm sai. Trong chuỗi đếm Laura Kail chúng ta vừa đề cập – "1, 2, 3, 4, 5, 5, 8, 10" – bé lặp lại số 5, bỏ số 6, 7 và 9. Nhưng tạm thời không xét đến, chuỗi đếm cho biết bé hiểu khá nhiều.

Tìm hiểu hiểu biết về số ở đứa trẻ trước tuổi đến trường là mục đích nghiên cứu của Rochel Gelman cùng đồng nghiệp (như Gelman & Meck, 1986 chẳng hạn). Họ đơn giản đặt nhiều số lượng đồ vật khác nhau trước mặt đứa trẻ rồi sau đó hỏi "Bao nhiêu?" Bằng cách phân tích câu trả lời của đứa trẻ đối với nhiều câu hỏi này, Gelman cùng đồng nghiệp phát hiện rằng lúc 3 tuổi, hầu hết trẻ con nắm vững 3 nguyên tắc đếm cơ bản, ít nhất cũng đếm được 5 đồ vật.

- Nguyên tắc một đối một: *phải là một và chỉ có tên số 1 để đếm từng đồ vật.* Đứa trẻ đếm 3 đồ vật "1, 2, A" hiểu rõ nguyên tắc này vì số lượng từ con số phù hợp với số lượng đồ vật đang đếm.
- Nguyên tắc trật tự ổn định: *tên con số phải đếm theo cùng một trật tự.* Đứa trẻ đếm luôn theo cùng chuỗi – chẳng hạn thường đếm 4 đồ vật "1, 2, 4, 5" – chứng minh sự hiểu biết nguyên tắc này.
- Nguyên tắc tập hợp: *Tên số sau cùng khác với tên số trước đó trong một chuỗi đếm trong việc biểu thị tổng số lượng đồ vật* "1, 2, 4, 8, . . . TÁM!"



Trong những năm trước tuổi đến trường, đứa trẻ như bé gái trong ảnh (bên trên) đã nắm vững những nguyên tắc cơ bản này và áp dụng vào các tập hợp đồ vật lớn hơn. Khi 5 tuổi, hầu hết trẻ con áp dụng chúng thường xuyên khi đếm đến 9 đồ vật.

Tập đếm hơn số 9 có phần nào dễ hơn vì từ đếm được tạo ra theo nguyên tắc kết hợp tên số nhóm mười (20, 30, 40) với tên đơn vị (1, 2, 3, 4). Sau này, cũng áp dụng cùng nguyên tắc ấy để đếm hàng trăm, hàng ngàn, v.v... Khi 4 tuổi, hầu hết trẻ con có thể đếm đến 20, đôi lúc đếm được đến 99. Đứa trẻ thường không đếm nữa ở con số kết thúc bằng số 9 (chẳng hạn 29 hoặc 59), là vì trẻ con không biết tên nhóm mười tiếp theo (Siegler & Robinson, 1982).

Tập đếm rất phức tạp trong tiếng Anh. Chẳng hạn, *eleven* và *twelve* là tên không theo qui tắc. Tên số "nhóm mười" còn lại khác nhau từ 20, 30, và phần còn lại tên số nhóm *teen* đi sau đơn vị (thir-*teen*, four-*teen)* chứ không phải đi trước *(twenty*-three, *thirty*-four). Đối với nhóm *teen* là ngoại lệ, tên nhóm mười chỉ tương ứng rời rạc với tên đơn vị: *twenty* và *thirty* giống như hai và ba nhưng không phải như nhau. Trái lại, hệ thống số trong tiếng Hoa, tiếng Nhật và Hàn Quốc hầu như hoàn toàn theo qui tắc: *Eleven* và *twelve* được đếm thành *mười-một* và *mười-hai.* Không có tên đối với cho nhóm mười: *hai-mười* và *hai-mười-một* là tên gọi số 20 và 21. Những tên số giản dị hóa này giải

thích tại sao trẻ con ở các nước Châu Á đếm chính xác hơn trẻ Mỹ trước tuổi đến trường cùng một độ tuổi (Miller và người khác, 1995). Ngoài ra, sự tương quan trực tiếp giữa tên số và hệ mười giúp trẻ Châu Á dễ hiểu khái niệm trên cơ sở mười dễ hơn (Miura và người khác, 1988).

Trong chương 6, chúng ta sẽ trở lại sự phát triển kỹ năng về lượng, và sẽ tìm thấy nhiều chứng cứ khác biệt văn hóa trong toán học hơn. Lúc này chúng ta trở lại thuyết do Vygotsky phát triển, ông cho rằng sự phát triển nhận thức bắt nguồn từ sự tương tác xã hội.

TỰ KIỂM TRA

1. Một cách để cải thiện sự chú ý của trẻ con trước tuổi đến trường là phải làm cho kích thích không liên quan ______.
2. Tanya 4 tháng tuổi quên động tác đá làm di chuyển thanh di động. Để nhắc bé sự liên kết giữa động tác đá và di chuyển của thanh di động, chúng ta ______.
3. Từ ______ biểu thị chuỗi hoạt động thông thường đang diễn ra.
4. Xác nhận của trẻ con trước tuổi đến trường có thể đáng tin nếu người phỏng vấn kiểm tra giả thuyết thay thế và tránh đặt câu hỏi lặp đi lặp lại, và nếu chúng ta cảnh báo nó ______.
5. Khi đứa trẻ đang đếm một tập hợp đồ vật lặp lại con số sau cùng thường là nhấn mạnh, điều này cho biết đứa trẻ hiểu nguyên tắc đếm ______.
6. Hãy suy nghĩ về những thay đổi trong chú ý và trí nhớ mà chúng tôi mô tả trong phần này. Có phải tất cả thay đổi là về lượng hoặc một số là về chất giống như những thay đổi được Piaget nhấn mạnh hay không?

Trả lời: (1) ít nổi bật hơn, (2) để cho bé quan sát sự di động tĩnh, (3) vết nhớ, (4) người phỏng vấn có thể lừa trẻ, (5) tập hợp

---

TRÍ TUỆ VÀ VĂN HOÁ: THUYẾT CỦA VYGOTSKY

Mục tiêu nghiên cứu

- **Vùng phát triển đầu gần là gì? Vùng này giúp giải thích trẻ con bằng cách nào thực hiện nhiều hơn khi cộng tác với người khác?**
- **Cách đặc biệt hiệu quả để dạy trẻ con công việc mới là gì?**
- **Khi nào và tại sao trẻ con tự thì thầm khi giải quyết vấn đề?**

Trí tuệ và văn hóa: Thuyết của Vygotsky

Vùng phát triển đầu gần

Bắc giàn

Lời nói riêng

VICTORIA, 4 tuổi thích trò chơi ghép hình, tô màu, trò chơi lắp ghép. Trong khi bận rộn với những hoạt động này, bé thường thì thầm với chính mình. Chẳng hạn, có lần khi tô màu bức tranh, bé nói, "Cây bút chì đỏ ở đâu? Nằm bên trong đường kẻ, tô khối màu xanh". Những nhận xét này không ám chỉ người khác, nói cho cùng, Victoria đang ở một mình. Tại sao bé nói những câu này? Với mục đích gì?

Sự phát triển con người thường được ám chỉ như một cuộc hành trình đưa con người đi theo nhiều con đường khác nhau. Đối với Piaget và các nhà Tâm lý học xử lý thông tin, trẻ em tự mình tham gia cuộc hành trình. Những người khác (và văn hóa nói chung) chắc chắn ảnh hưởng đến chiều hướng trẻ con đang chọn nhưng về cơ bản trẻ con là một nhà thám hiểm đơn độc, dũng cảm lao về phía trước. Lev Vygotsky (1896 – 1934), một nhà Tâm lý học người Nga, đưa ra một giải thích khác hẳn: sự phát triển là thời gian tập sự, trong đó đứa trẻ tiến lên khi nó cộng tác với người khác có nhiều kỹ năng hơn. Theo Vygotsky (1934/1986), đứa trẻ hiếm khi gặt hái nhiều tiến bộ trên con đường phát triển khi nó đi một mình, nó tiến bộ khi cùng song hành với một đối tác chuyên gia.

Vygotsky chết vì bệnh lao khi 37 tuổi, vì thế ông không hề có cơ hội phát triển đầy đủ lý thuyết của mình. Ông không đưa ra một lý thuyết hoàn chỉnh về sự phát triển nhận thức trong suốt thời thơ ấu và tuổi thanh niên (giống như Piaget), cũng như không đưa ra một giải thích dứt khoát về sự thay đổi nhận thức trong các lĩnh vực cụ thể (như các lý thuyết gia xử lý thông tin). Tuy nhiên, phần lớn quan điểm của ông rất có ảnh hưởng, phần lớn vì lý thuyết này lấp vào một số khoảng trống trong giải thích xử lý thông tin và giải thích của Piaget. Trong các trang sau, chúng ta sẽ khảo sát ba đóng góp quan trọng nhất của Vygotsky: vùng phát triển đầu gần, bắc giàn và lời nói riêng – và biết được tại sao Victoria tự nói với chính mình.

VÙNG PHÁT TRIỂN ĐẦU GẦN

Ian bốn tuổi cùng với bố, như trong ảnh (bên dưới), cùng giải trò chơi ghép hình. Mặc dù Ian làm hết mọi việc, bố chỉ khuyến khích em, đôi khi tìm giúp một mẩu nào đó em cần hoặc hướng dẫn Ian cách ghép cắt hình lại với nhau. Khi Ian cố tự mình ghép hình này, hiếm khi em ghép được hoàn chỉnh. *Sự khác biệt giữa những gì Ian có thể làm có sự giúp đỡ và những gì em làm một mình xác định* vùng phát triển đầu gần của em. Nghĩa là, vùng này là vùng giữa mức độ thực hiện mà đứa trẻ có thể đạt được khi làm việc độc lập và mức độ thực hiện cao hơn có thể làm được khi được hướng dẫn của bạn đồng tuổi hoặc người lớn khéo léo hơn (Wertsch & Tulviste,



1992). Chẳng hạn, trẻ con tuổi tiểu học thường được yêu cầu giải bài toán số học. Nhiều đứa trẻ gặp rắc rối với những bài toán này, thường là vì nó không biết phải bắt đầu từ đâu. Bằng cách cấu trúc công việc cho đứa trẻ – "trước tiên hãy quyết định những gì bạn phải hình dung, rồi sau đó quyết định nên được cung cấp thông tin gì để giải..." – giáo viên có thể giúp trẻ thực hiện những gì mà nó không thể tự mình làm được. Vì thế, giống như bánh xe tập giúp đứa trẻ học cách đi xe đạp bằng cách giúp nó tập trung vào một số khía cạnh của việc cưỡi xe đạp, những người cộng tác giúp nó thực hiện hiệu quả hơn bằng cách cung cấp cấu trúc, gợi ý và nhắc nhở.

Khái niệm vùng phát triển đầu gần tiếp theo sau tiền đề cơ bản của Vygotsky: nhận thức đầu tiên phát triển trong một bối cảnh xã hội và chỉ dần dần dưới sự kiểm soát độc lập của đứa trẻ. Yếu tố nào hỗ trợ sự thay đổi này? Điều này đưa chúng ta đến đóng góp thứ hai rất quan trọng của Vygotsky.

BẮC GIÀN

Bạn đã từng có dịp may hiếm có khi làm việc chung với một bậc thầy, người mà dường như biết chính xác khi nào phát biểu một điều gì đó để giúp bạn khắc phục trở ngại nhưng không làm gián đoạn công việc của bạn? Bắc giàn *là kiểu trong đó giáo viên đánh giá lượng hỗ trợ mà mình đưa ra để phù hợp với nhu cầu của học viên.* Lúc đầu trong việc tập quen một công việc mới, đứa trẻ biết rất ít, vì thế giáo viên phải hướng dẫn trực tiếp thật nhiều nên làm cách nào đối với các yếu tố khác nhau trong một công việc. Khi đứa trẻ theo kịp, giáo viên cần đưa ra hướng dẫn ít trực tiếp hơn, rất có thể là để nhắc nhở.

Phần Nghiên cứu nổi bật mô tả các bà mẹ trong bốn nền văn hóa khác nhau bắc giàn cho con học như thế nào.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: CÁC BÀ MẸ THUỘC CÁC NỀN VĂN HÓA KHÁC NHAU BẮC GIÀN NHƯ THẾ NÀO CHO VIỆC HỌC CỦA CON NHƯ THẾ NÀO?



Ai là nhà điều nghiên, và mục đích nghiên cứu là gì? Bố mẹ khắp thế giới có cố gắng bắc giàn cho con học không? Nếu có, họ có sử dụng cùng một phương pháp hay không? Barbara Rogoff cùng đồng nghiệp (1993) cố gắng trả lời những câu hỏi này bằng cách nghiên cứu đứa trẻ biết đi chập chững và các bà mẹ ở bốn nền văn hóa khác nhau.

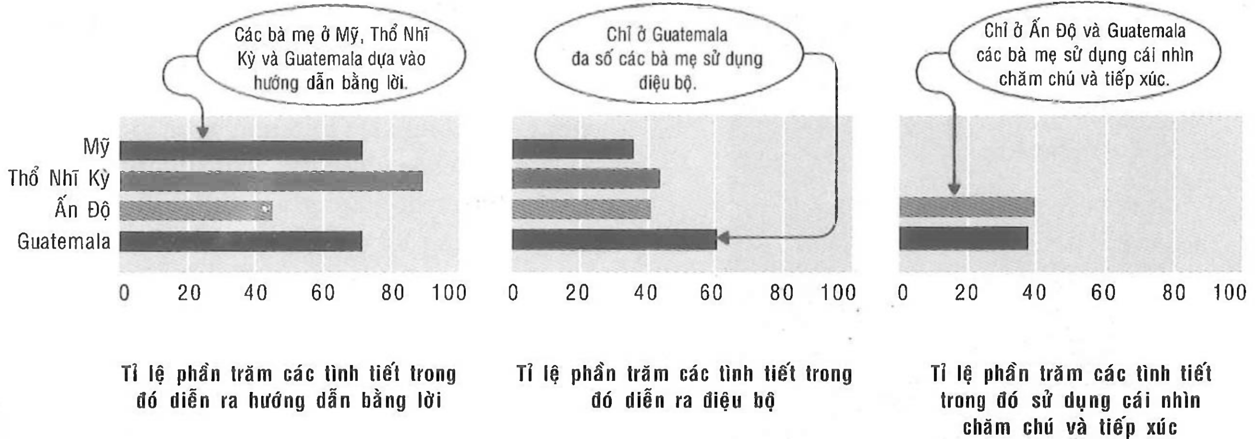
Làm cách nào các nhà điều nghiên đánh giá chủ đề quan tâm? Người làm thí nghiệm cho các bà mẹ xem tám đồ chơi mới lạ. Một là búp bê bằng gỗ biết khiêu vũ khi giật dây, đồ chơi khác là hộp đựng bút chì có nắp trượt. Các bà được yêu cầu để cho con biết đi chập chững chơi mỗi đồ chơi. Không có qui tắc hoặc hướng dẫn cơ bản nào về việc dạy cách chơi, các bà mẹ tự do hướng dẫn trực tiếp hoặc không để hết tâm trí. Sự tương tác được ghi hình để sau này có thể phân tích chi tiết.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Các nhà nghiên cứu nghiên cứu trẻ con 1 – 2 tuổi và các bà mẹ sống trong bốn bối cảnh khác nhau: một thành phố Mỹ cỡ vừa, một ngôi làng nhỏ ở Ấn Độ, một thành phố lớn ở Thổ Nhĩ Kỳ và một thành phố cao nguyên Guatemala. Trong mỗi bối cảnh, nghiên cứu 14 đứa trẻ và các bà mẹ.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu là nghiên *cứu tương quan vì Rogoff và đồng* nghiệp quan tâm đến quan hệ hiện có tự nhiên giữa bối cảnh văn hóa và hành vi minh họa việc bắc giàn. Nghiên cứu tập trung vào một độ tuổi duy nhất – một đến hai tuổi – vì thế không phải là nghiên cứu theo chiều dọc cũng không phải nghiên cứu cắt ngang.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Công việc – dạy trẻ nhỏ biết cách chơi đồ chơi mới – là công việc các bà mẹ thường làm với con nhỏ của mình.

Kết quả ra sao? Trong tất cả bốn bối cảnh văn hóa, hầu hết các bà mẹ đều cố gắng bắc giàn



cho việc học của con mình, hoặc chia công việc khó thành các công việc phụ dễ hơn hoặc bằng cách thực hiện các phần trong công việc, nhất là các phần phức tạp hơn. Tuy nhiên, như biểu đồ bên trên cho thấy, các bà mẹ trong các nền văn hóa khác nhau thực hiện việc bắc giàn theo nhiều cách khác nhau. Các bà mẹ Thổ Nhĩ Kỳ hướng dẫn bằng lời nhiều nhất và sử dụng một số điệu bộ (chỉ tay, gật đầu, nhún vai). Các bà mẹ Mỹ cũng sử dụng những phương pháp này nhưng ở mức độ ít hơn.

Các bà mẹ Thổ Nhĩ Kỳ và Mỹ hầu như không bao giờ tiếp xúc (chẳng hạn thúc khuỷu tay) hoặc nhìn chăm chú (tiếp xúc qua ánh mắt, chẳng hạn nháy mắt hoặc nhìn trừng trừng). Các bà mẹ Ấn Độ trông có vẻ cũng sử dụng cùng lượng lời nói, điệu bộ, tiếp xúc và nhìn chăm chú gần bằng như thế. Các bà mẹ Guatemala cũng sử dụng tất cả ba kỹ thuật, và nói chung, các bà mẹ Guatemala cung cấp bắc giàn nhiều nhất trong bốn nền văn hóa.

Các nhà điều tra kết luận điều gì? Rõ ràng, bố mẹ trên khắp thế giới cố đơn giản hóa công việc tập quen cho con mình nhưng họ sử dụng các phương pháp khác nhau. Rogoff và người khác nhận xét, "cùng với các quá trình phổ biến ... biểu thị đặc điểm sự tham gia có hướng dẫn, cũng có những các biến thể văn hóa rất quan trọng, nhất là trong ... tính chất tham gia giữa trẻ và người lớn".

Sự điều chỉnh nhạy cảm vốn là đặc điểm trong bắc giàn rõ ràng đẩy mạnh sự tập quen. Trẻ con không tập quen khi người khác luôn bảo phải làm điều gì hoặc khi nó hoàn toàn bị bỏ rơi trong cuộc vật lộn giải quyết vấn đề không có người giúp. Khi bố mẹ và giáo viên bắc giàn một công việc cho đứa trẻ, cho phép đứa trẻ thực hiện công việc ngày càng nhiều hơn khi đứa trẻ nắm vững các yếu tố khác nhau – đứa trẻ tập quen hiệu quả hơn (Pacifici & Bearison, 1991; Plumert & Nichols-Whitehead, 1996). Và việc bắc giàn hiệu quả thể hiện vùng phát triển đầu gần – đứa trẻ khi được hướng dẫn có thể thực hiện nhiều hơn lúc tự mình xoay xở với công cụ. Vì thế, việc bắc giàn là một yếu tố quan trọng trong chuyển sự kiểm soát kỹ năng nhận thức từ người khác sang đứa trẻ.

LỜI NÓI RIÊNG

Nhớ lại bé Victoria bốn tuổi trong minh họa đã tự thì thầm khi tô màu. *Hành vi của bé mô tả* lời nói riêng: *nhận xét không dự định dành cho người khác mà chỉ có mục đích giúp trẻ điều tiết hành vi của mình* (Vygotsky, 1934/1986). Vì thế, nhận xét của Victoria chỉ là nỗ lực tự giúp mình tô màu.

Vygotsky xem lời nói riêng là một bước trung gian hướng đến sự tự điều tiết kỹ năng nhận thức. Lúc đầu, hành vi của đứa trẻ được điều tiết bằng lời nói của người khác



đang nhắm về nó. Khi đứa trẻ như bé gái trong ảnh (bên trên) lúc đầu cố kiểm soát hành vi và suy nghĩ của chính mình, không có mặt người khác, đứa trẻ tự hướng dẫn cho mình bằng cách nói lớn tiếng. Lời nói riêng trông có vẻ là cách tự hướng dẫn mình của nó, cách để chắc chắn rằng đứa trẻ thực hiện tất cả các bước cần thiết trong giải quyết vấn đề. Sau cùng, khi đứa trẻ có được kỹ năng nhiều hơn, lời nói riêng trở thành *lời nói nội tâm* vốn là từ Vygotsky sử dụng để gọi sự suy nghĩ (Behrend, Rosengran, & Perlmutter, 1992).

Nếu lời nói riêng hoạt động chức năng theo cách này, bạn có thể hình dung khi nào đứa trẻ có nhiều khả năng sử dụng lời nói ấy nhất? Chúng ta nhìn thấy đứa trẻ sử dụng lời nói riêng thường xuyên trong các công việc khó hơn công việc dễ, vì đứa trẻ chắc chắn cần được hướng dẫn nhiều hơn trong công việc khó. Trẻ con cũng sử dụng lời nói riêng sau câu trả lời sai nhiều hơn trả lời đúng. Những dự đoán này thường được nghiên cứu ủng hộ (Berk, 1992), nghiên cứu cho rằng khả năng ngôn ngữ trong việc giúp trẻ con học cách kiểm soát hành vi và suy nghĩ của mình.

Vì thế, công trình của Vygotsky biểu thị đặc điểm phát triển nhận thức không phải là sự tiến hành đơn độc mà là sự cộng tác giữa chuyên gia và người mới học. Công trình của ông nhắc chúng ta tầm quan trọng của ngôn ngữ, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết trong phần cuối chương này.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Vygotsky nhấn mạnh sự phát triển nhận thức là sự cộng tác. Sự cộng tác như thế được đề cập trong thuyết của Piaget ra sao? Trong xử lý thông tin?

TỰ KIỂM TRA

1. ______ là sự khác biệt giữa mức độ thực hiện mà đứa trẻ có thể đạt được với sự hỗ trợ và mức độ mà nó có thể đạt được khi thực hiện một mình.
2. Từ ______ ám chỉ kiểu điều chỉnh sự hỗ trợ của giáo viên để phù hợp với nhu cầu của trẻ.
3. Theo Vygotsky, ______ là bước trung gian giữa lời nói của người khác và lời nói nội tâm.
4. Hãy so sánh vai trò của ảnh hưởng văn hóa xã hội trong thuyết của Piaget, tiếp cận xử lý thông tin và thuyết của Vygotsky.

Trả lời: (1) vùng phát triển đầu gần, (2) bậc giàn, (3) lời nói riêng

---

NGÔN NGỮ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa biết nghe và nói khi nào?**
- **Trẻ con bắt đầu nói chuyện khi nào? Tại sao?**
- **Trẻ con tìm hiểu ý nghĩa của từ ra sao?**
- **Trẻ con phát triển từ lời nói hai từ sang câu phức tạp hơn ra sao?**
- **Trẻ con giao tiếp tốt đến mức nào?**

NABINA *sau ngày thôi nôi vài tuần. Trong tháng qua, trông có vẻ cô bé hiểu được phần lớn lời nói của mẹ. Khi mẹ hỏi, "Garfield ở đâu?" (tên con mèo trong nhà), Nabina nhìn khắp phòng và chỉ tay về hướng Garfield. Nhưng lời nói của Nabina vẫn còn lắp bắp: cô bé "nói chuyện" thường xuyên nhưng mẹ cô chả hiểu gì cả. Nếu Nabina trông có vẻ hiểu được lời người khác nói thì tại sao cô không thể nói chuyện với chính mình?*

Một thành tựu phi thường ở con người diễn ra ngay sau ngày sinh nhật đầu tiên: hầu hết trẻ con nói được từ đầu tiên, các tháng sau đó nói được thêm vài trăm từ nữa. Điều này đánh dấu sự khởi đầu khả năng giao tiếp bằng miệng của đứa trẻ đối với người khác. Qua lời nói, đứa trẻ truyền đạt ý kiến, niềm tin và cảm nghĩ của mình với gia đình, bạn bè và người khác.

Thật ra, những lời nói đầu tiên tượng trưng đỉnh điểm phát triển ngôn ngữ trị giá một năm. Để kể câu chuyện thủ đắc ngôn ngữ chính xác và giải thích hành vi trông có vẻ kỳ lạ của Nabina, chúng ta phải bắt đầu nghiên cứu nhiều tháng trước khi cô bé nói từ đầu tiên.

CON ĐƯỜNG HÌNH THÀNH LỜI NÓI

Ảnh (bên phải) mô tả một tình huống thông thường: bé khó chịu, bà mẹ đang lo lắng cố dỗ bé. Cảnh tượng này đầy ắp thông tin liên quan ngôn ngữ. Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa vẫn chưa nói được đang chuyển tải sự khó chịu của mình và một trong số rất ít phương tiện truyền đạt có sẵn – khóc. Người mẹ về phần mình đang sử dụng cả hai biện pháp bằng lời và không bằng lời để dỗ bé, gởi thông điệp rằng vạn vật thật sự không đến nỗi xấu như lúc này

Cảnh tượng đặt ra hai vấn đề về đứa trẻ trong tư cách sinh vật không biết nói.



Thứ nhất, đứa trẻ không thể nói có hiểu được lời nói của người khác đang ám chỉ mình hay không? Thứ hai đứa trẻ phát triển từ khóc sang các phương pháp hiệu quả hơn trong giao tiếp bằng miệng chẳng hạn như lời nói như thế nào? Chúng ta bắt đầu bằng cách trả lời câu hỏi thứ nhất.

➡ Nhận biết lời nói

Ngay cả trẻ sơ sinh cũng có khả năng nghe tốt (trang 138). Nhưng trẻ con có thể phân biệt âm thanh lời nói hay không? Để trả lời câu hỏi này, trước tiên chúng ta cần phải biết nhiều hơn về thành phần lời nói. *Các khối cấu tạo cơ bản trong ngôn ngữ là* âm vị, *là từng âm thanh một có thể kết hợp để tạo ra từ.* Âm vị bao gồm phụ âm chẳng hạn như âm "t" trong *toe* và *tap,* kết hợp với nguyên âm chẳng hạn như âm "e" trong *get* và *bed.* Trẻ con có thể phân biệt nhiều âm này, một số âm phân biệt sau khi sinh được một tháng.

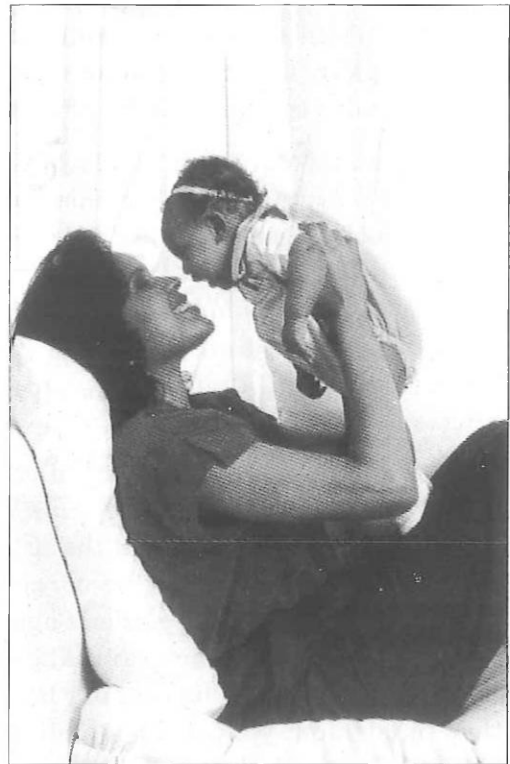
Làm cách nào chúng ta biết rằng trẻ con có thể phân biệt nguyên âm và phụ âm khác nhau? Nhiều kỹ năng chắc chắn hơn đưa ra gợi ý, hầu hết đều xác định liệu trẻ con có phản ứng khác nhau đối với các âm khác nhau hay không. Trong một tiếp cận, người ta nối núm vú cao su vào máy ghi âm sao cho động tác bú mở máy và âm thanh phát ra loa. Chỉ trong vài phút, đứa trẻ một tháng tuổi hiểu được quan hệ giữa động tác bú với âm thanh: đứa trẻ bú nhanh khi nghe băng chỉ có phụ âm "p" (như trong *pin, pet,* và *pat),* rồi phát âm "puh." *Sau một vài phút nữa, trông có vẻ đứa trẻ chán âm lặp đi lặp lại này và bú ít lại, một hiện tượng gọi là* sự quen thuộc. Nhưng nếu băng đổi sang âm thanh khác, chẳng hạn như âm "b" (như trong *bed, bat,* hoặc *bird),* phát âm "buh" – đứa trẻ bắt đầu bú nhanh trở lại. Rõ ràng, đứa trẻ nhận biết rằng âm "b" khác với âm "p" vì đứa trẻ khi nghe âm mới này bú thường hơn (Jusczyk, 1981).

Thật ngạc nhiên, trẻ con có thể phân biệt âm lời nói chưa hề nghe bao giờ! Không phải ngôn ngữ nào cũng sử dụng cùng một tập hợp âm vị giống nhau, sự phân biệt quan trọng trong ngôn ngữ này có thể không quan trọng trong ngôn ngữ khác. Chẳng hạn, không giống tiếng Anh, tiếng Pháp và Ba Lan phân biệt giữa nguyên âm giọng mũi và không phải giọng mũi. Để nghe sự khác biệt, hãy nói từ *rod.* Bạn hãy lặp lại bằng cách bóp mũi lại. Sự khác nhau rất khó thấy giữa hai âm minh họa nguyên âm không phải giọng mũi (phiên bản đầu của *rod)* và nguyên âm giọng mũi (phiên bản thứ hai). Đứa trẻ lớn lên trong gia đình nói tiếng Anh không có kinh nghiệm hệ thống với nguyên âm giọng mũi và không phải giọng mũi. Tuy nhiên, đứa trẻ có thể nghe sự khác biệt như thế này. Thật thú vị, gần đến ngày thôi nôi thì trẻ con mất khả năng này và không còn phân biệt được âm vốn không phải là một bộ phận trong môi trường ngôn ngữ của chính mình (Werker & Desjardins, 1995).

Chứng cứ như thế này cho thấy trẻ sơ sinh về mặt Sinh học có khả năng nghe toàn bộ dải âm vị được sử dụng trong tất cả ngôn ngữ trên thế giới. Nhưng khi đứa trẻ lớn lên và tiếp xúc với một ngôn ngữ cụ thể nhiều hơn thì nó chỉ nhận biết sự phân biệt ngôn ngữ có ý nghĩa trong môi trường ấy. Chẳng hạn, trẻ con Nhật Bản trong ảnh (bên dưới)



sẽ tập quen các âm ngôn ngữ được sử dụng trong tiếng Nhật nhưng sẽ gặp khó khăn khi nghe các âm được sử dụng trong các ngôn ngữ khác, chẳng hạn như tiếng Anh, vốn không được sử dụng trong tiếng Nhật. Sự chuyên môn hóa trong một ngôn ngữ nhiều hơn rõ ràng phải trả giá, khả năng nghe các âm của ngôn ngữ khác dễ bị đánh mất (Kuhl, 1993).



Dĩ nhiên, việc nghe các âm vị riêng biệt chỉ là bước đầu tiên trong nhận biết lời nói. Đối với trẻ con một trong những thử thách lớn nhất là nhận biết các mẫu âm thường gặp – từ. Chẳng hạn, hãy tưởng tượng một đứa trẻ nghe lỏm câu chuyện này của bố và người chị của mình:

CHỊ: Jerry mới mua xe đạp mới.

BỐ: Thế xe đạp cũ của nó bị hư?

CHỊ: Không. Jerry để dành tiền ăn sáng để mua xe đạp địa hình mới

Đứa trẻ nghe câu chuyện này đã nghe từ xe đạp đến 3 lần. Nó học được từ câu chuyện này? Được. Khi đứa trẻ từ 7-8 tháng tuổi nghe một từ lặp đi lặp lại trong nhiều câu khác nhau, sau này nó chú ý từ này nhiều hơn từ mà nó chưa nghe. Rõ ràng, trẻ con 7 – 8 tháng tuổi có thể nghe câu và nhận biết các mẫu âm mà nó nghe lặp đi lặp lại (Juscyzk & Aslin, 1995; Saffran, Aslin, & Newport, 1996). (Dĩ nhiên, đứa trẻ không hiểu nghĩa của những từ này, nó chỉ nhận biết một từ như sự cấu thành các âm khác nhau).

Bố mẹ (và người lớn khác) thường giúp trẻ con nắm vững âm ngôn ngữ bằng cách trò chuyện theo kiểu đặc biệt. *Trong* lời nói với trẻ con *người lớn nói chậm với những thay đổi nhấn mạnh âm sắc và âm lượng.* Nếu bạn có thể nghe được bà mẹ trong ảnh (bên phải trên) nói chuyện với con mình thì sẽ nhận thấy và thay đổi giữa cách nói khẽ và nói lớn và giữa âm sắc cao với âm sắc thấp. (lời nói với trẻ con có thời gọi là *lời nói âu ếm của mẹ* cho đến khi hầu hết người chăm sóc không phải chỉ có mẹ nói với trẻ con theo cách này). Lời nói với trẻ con thu hút sự chú ý của nó nhiều hơn lời nói với người lớn (Cooper & Aslin, 1994; Kaplan và người khác, 1996), có lẽ vì tiến độ chậm hơn và sự thay đổi được nhấn mạnh giúp đứa trẻ có nhiều gợi ý ngôn ngữ nổi bật hơn, giống như việc hiểu một người nói tiếng nước ngoài dễ hơn khi người đó nói chậm, cẩn thận.

Lời nói với trẻ con giúp nó nhận biết âm cơ bản trong ngôn ngữ của mình. Nhưng làm cách nào trẻ con thực hiện được bước kế tiếp, tạo ra lời nói? Chúng ta trả lời câu hỏi này trong phần sau.

➡ *Các bước dẫn đến lời nói*

Như bố mẹ mới có con đều biết rõ, trẻ sơ sinh và trẻ con ở tuổi ẵm ngửa là chuyên gia khi chúng khóc. Đối với chúng, khóc thường là dấu hiệu tỏ ý khó chịu. Bạn nhớ lại trong chương 3, loại tiếng khóc có

phần nào thay đổi theo tính chất khó chịu. Chẳng hạn, âm sắc cao trong tiếng khóc đau đớn phân biệt tiếng khóc này với tiếng khóc đứa trẻ đang đói hoặc mệt mỏi.

Âm đầu tiên chắc chắn kết hợp với ngôn ngữ xuất hiện khoa học khi đứa trẻ 3 tháng tuổi. *Đứa trẻ bắt đầu nói các âm giống như nguyên âm chẳng hạn như "ooooooo" hoặc "ahhhhhh", một hiện tượng gọi là* tiếng thì thầm. Đôi khi nó phấn khích khi đang thì thầm, có lẽ phản ánh niềm vui khi đùa nghịch với âm.

Sau tiếng thì thầm là tiếng bi bô, *là âm giống như lời nói nhưng không có nghĩa.* Trẻ con bốn hoặc năm tháng tuổi có thể nói "dah" hoặc "bah", lời nói có âm giống như âm tiết đơn bao gồm một nguyên âm và một phụ âm. Trong vài tháng sau, tiếng bi bô tinh vi hơn. Rõ ràng đây là hình thức thử nghiệm với các âm lời nói phức tạp hơn. Trẻ con lớn hơn đôi khi lặp lại một âm như trong "bahbahbah" hoặc kết hợp các âm khác nhau "dahmahbah" (Oller, 1986; Oller & Lynch, 1992).

Bắt đầu khoảng 7 tháng tuổi, tiếng bi bô của đứa trẻ bao gồm ngữ điệu, *mẫu âm sắc cao hoặc thấp.* Trong câu tường thuật Anh ngữ chẳng hạn âm sắc lúc đầu cao, sau đó hạ thấp ở gần cuối câu. Tuy nhiên, trong câu hỏi, âm sắc đều đều, sau đó cao gần về cuối. Tiếng bi bô của trẻ con phản ánh những mẫu này: trẻ được bố mẹ nói tiếng Anh nuôi dưỡng đều có cả hai mẫu ngữ điệu trong câu tường thuật và nghi vấn trong tiếng bi bô.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Đặc điểm vận động nào hỗ trợ quan điểm xem sự phát triển như một quá trình phổ biến? Đặc điểm nào hỗ trợ quan điểm xem phát triển như một quá trình cụ thể trong từng bối cảnh?

Trẻ con được bố mẹ nói các ngôn ngữ khác nuôi dưỡng có mẫu ngữ điệu khác, chẳng hạn tiếng Nhật hoặc tiếng Pháp, thường bi bô theo cách bắt chước cách sử dụng ngữ điệu của bố mẹ (Levitt & Utman, 1992).

Kiểu ngữ điệu trong tiếng bi bô rõ ràng biểu thị sự liên kết mật thiết giữa nhận thức và tạo ra lời nói: tiếng bi bô của đứa trẻ chịu ảnh hưởng của đặc điểm lời nói mà nó nghe được. Nếu đứa trẻ nhận biết lời nói là điều quyết định trong sự phát triển tiếng bi bô thì đứa trẻ khiếm thính tập quen với tiếng bi bô chậm hơn đứa trẻ bình thường rất nhiều. Trẻ con khiếm thính một tuổi hiếm khi bi bô lặp đi lặp lại (chẳng hạn "bababa") theo cách thường gặp ở trẻ con 7 – 10 tháng tuổi bình thường (Oller & Eilers, 1988). Vì sự tiếp xúc hạn chế với lời nói con người của trẻ con khiếm thính, tiếng bi bô của trẻ con khiếm thính xuất hiện rất chậm. Tuy nhiên, vấn đề trẻ con khiếm thính luôn bi bô cho thấy tiếng bi bô cũng phản ánh sự thay đổi trưởng thành.

Đối với trẻ con thính lực bình thường, cách trong đó tiếng bi bô ngày càng phức tạp hơn cho thấy tiếng bi bô tượng trưng cho sự cố gắng nắm vững âm ngôn ngữ của trẻ con, nếu không nói cố gắng tìm hiểu ý nghĩa của âm. Nghe từ *dog*, lúc đầu trẻ nói "dod", sau đó "gog" rồi sau cùng mới nói đúng từ "dog". Cũng giống như người mới học đánh máy dần dần kết hợp cử động của các ngón tay với phím cụ thể, trẻ bi bô học cách sử dụng môi, lưỡi và răng để tạo ra âm cụ thể, dần dần làm cho âm gần giống như từ thật sự (Poulson và người khác, 1991). Thật may thay, công việc đối với hầu hết trẻ con dễ hơn trong truyện tranh (trang 183) nhiều!

Những phát triển trong việc tạo ra âm này, kết hợp với khả năng tiến bộ của trẻ con một tuổi trong nhận biết âm lời nói, rõ ràng ấn định giai đoạn phát âm từ đầu tiên thật sự của trẻ con.



B.C© 1993, in lại với sự cho phép của Johnny Hart và Creators Syndicate, Inc.

CÁC TỪ ĐẦU TIÊN VÀ NHIỀU TỪ KHÁC

Nhớ lại bé Nabina một tuổi trong minh họa, mắt nhìn con mèo trong nhà khi nghe tên. Hiện tượng này thường gặp ở trẻ con 10 – 14 tháng tuổi. Có vẻ trẻ con hiểu được những gì người khác nói, cho dù trẻ con chưa nói được. Trả lời câu "quyển sách ở đâu?" nó sẽ đi tìm quyển sách. Trẻ con hiểu câu hỏi cho dù lời nói của chính mình chỉ biết có tiếng bi bô (Fenson và người khác, 1994; Hoff-Ginsberg, 1997). Rõ ràng, trẻ con đã tạo ra sự kết hợp giữa âm lời nói và đồ vật cụ thể cho dù nó không thể tự mình phát âm. Trong tư cách ăn nói lưu loát của người lớn, chúng ta chúng ta quên rằng lời nói là một kỹ năng vận động đòi hỏi việc định thời điểm hoàn hảo và sự kết hợp rất lớn.

Một vài tháng sau, hầu hết trẻ con thốt ra từ đầu tiên. Thông thường, những từ này có một cấu trúc vay mượn từ tiếng bi bô tiến bộ của mình, bao gồm một đôi nguyên âm – phụ âm có thể được lặp đi lặp lại. *Mama* và *dada* là những minh họa thông thường của loại cấu trúc này. Các từ khác trong vốn từ vựng ban đầu ám chỉ thú, thức ăn và đồ chơi (Caselli và người khác, 1995; Nelson, 1973). Cũng có những từ chỉ hành động (chẳng hạn như *go*). Khi 2 tuổi, trẻ con có vốn từ khoảng vài trăm, lên 6 tuổi, vốn từ trung bình của trẻ con hơn 10.000 (Anglin, 1993). Tuy nhiên, trẻ con khác nhau đáng kể về số lượng từ vựng (Fenson và người khác, 1994). Khi 16 tháng tuổi, vốn từ vựng thường dao động từ một vài từ, 10 từ cho đến 150 từ, khi 2 tuổi rưỡi, từ 375 từ đến 650 từ.

Khi trẻ con phát triển vốn từ vựng, một số chấp nhận một kiểu tập quen ngôn ngữ đặc biệt (Bates, Bretherton, & Snyder, 1988). *Một số trẻ con trung thành với* kiểu tham khảo, *vốn từ vựng của trẻ con thường bị chi phối bởi các từ chỉ tên đồ vật, con người hoặc hoạt động. Số trẻ con khác sử dụng* kiểu diễn đạt, *vốn từ của trẻ con bao gồm một số tên nhưng cũng có nhiều nhóm từ xã hội được sử dụng như từ đơn, chẳng hạn như "Xéo đi", "Bạn muốn gì?" và "Tôi muốn vật ấy".*

Đối với trẻ con có kiểu tham khảo, ngôn ngữ trông có vẻ chủ yếu là một công cụ trí năng – một phương tiện để trò chuyện với đồ vật (Pine, 1994). Đối với đứa trẻ có kiểu diễn đạt, trái lại, ngôn ngữ không gì khác hơn là công cụ xã hội – cách để thúc đẩy sự tương tác với người khác – đều là những thành phần quan trọng trong ngôn ngữ, như bạn nghĩ, hầu hết trẻ con đều chấp nhận sự phối hợp các kiểu tham khảo và diễn đạt trong tập quen ngôn ngữ.

➡ *Hiểu biết quan trọng: Từ ngữ như biểu tượng*

Để tạo ra sự chuyển tiếp từ tiếng bi bô sang lời nói thật sự, trẻ con cần phải biết



rằng lời nói không gì khác hơn là sự tiêu khiển bằng âm. Trẻ con cần hiểu rằng các âm cụ thể hình thành từ có thể ám chỉ đồ vật, hành động, và thuộc tính. Nói cách khác, trẻ con phải nhận biết rằng từ là biểu tượng, những thực thể tượng trưng cho thực thể khác.

Một giải thích sinh động về hiểu biết này là giải thích của Helen Keller, một nhà viết tiểu luận người Mỹ với ảnh (bên trên) lúc trung niên. Sinh năm 1880, bị mù mắt trái và bị điếc do bệnh thời thơ ấu, bà không còn phương tiện để giao tiếp với người khác. Khi Helen 7 tuổi, người ta mời thầy về nhà dạy kèm bằng cách cầm tay bà viết từ. Đối với Helen, trở ngại là kết hợp ngón tay đang viết từ với khái niệm bà đã biết, trong trường hợp của bà, sự nhận thức đến thật đột ngột (Keller, 1965, trang 21):

> Một ai đó đang kéo nước, thầy đặt tay tôi dưới vòi nước. Khi dòng nước mát lạnh tuôn xối xả trên tay, cô đánh vần thành từ *nước*, lúc đầu chậm sau đó nhanh. Tôi đứng im, tập trung toàn bộ chú ý của mình vào cử động ngón tay của cô. Đột nhiên, tôi cảm thấy mình quên một điều gì đó – sự hồi hộp khi suy nghĩ đang trở về, và bí mật ngôn ngữ phần nào hiện ra trước tôi. Lúc đó tôi hiểu rằng "nước" có nghĩa là một điều gì đó tuyệt vời và thật mát đang tuôn tràn trên tay tôi. Từ sinh động ấy đánh thức linh hồn tôi, thắp sáng linh hồn, cho linh hồn thêm hy vọng, hân hoan và tự do!

Khi nào trẻ con có thể nghe được và cảm nhận được hiểu biết này? Piaget nghĩ rằng hiểu biết này diễn ra khoảng 18 tháng tuổi và đánh dấu sự chuyển tiếp sang giai đoạn thứ sáu suy nghĩ vận động nhận cảm (và cũng là giai đoạn sau cùng) (xem trang 159 – 161). Tuy nhiên, ý niệm mơ hồ về hiểu biết biểu tượng diễn ra sớm hơn, ngay sau ngày sinh nhật đầu tiên. Ở tuổi này, trẻ con hình thành khái niệm chẳng hạn như "vật nẩy, tròn" hoặc "vật có lông rậm biết sủa" dựa trên kinh nghiệm của chính nó. Với hiểu biết âm lời nói có thể biểu thị những khái niệm này, đứa trẻ bắt đầu nhận biết một từ đi cùng với mỗi khái niệm (Reich, 1986).

Sự vật là gì? Phác họa nhanh từ ngữ?

Sau khi biết rằng một từ có thể là biểu tượng cho một đồ vật hoặc hành động, lúc này trẻ con mới biết nói đối mặt với một công việc nặng nề. Kết hợp một từ với vật tương ứng chính xác là một thách thức vì hầu hết từ đều có nhiều vật tương ứng thuyết phục nhưng không chính xác. Để minh họa, hãy tưởng tượng điều gì diễn ra trong suy nghĩ của đứa trẻ trong ảnh (bên dưới). Bà mẹ chỉ tay vào một bông hoa rồi nói: "Hoa. Đây là hoa. Hãy nhìn hoa". Tất cả điều này đối với bạn trông rất rõ ràng, vô cùng dễ hiểu. Nhưng trẻ con học được gì từ tình tiết này? Có lẽ vật tương ứng chính xác là "hoa". Nhưng đứa trẻ cũng kết luận hợp lý rằng "hoa" cũng



ám chỉ cánh hoa, màu sắc của hoa hoặc hành động của bạn trong mô tả hoa.

Thật ngạc nhiên, hầu hết trẻ con hiểu đúng nghĩa của các từ đơn giản chỉ bằng vài lời mô tả. *Bằng cách* phác họa nhanh, *đứa trẻ liên kết giữa từ mới và vật tương ứng nhanh đến mức nó không thể nghĩ đến tất cả nghĩa có thể đối với từ mới.* Đứa trẻ phải sử dụng nguyên tắc kết hợp từ với nghĩa của từ (Merriman & Stevenson, 1997; Samuelson & Smith, 1998).

Qui tắc nào hướng dẫn trẻ con tìm hiểu nghĩa của từ? Một trong số qui luật này được đề xuất trong một nghiên cứu của Au và Glusman (1990). Những nhà nghiên cứu này trước tiên dạy cho trẻ con trước tuổi đến trường hiểu rằng *mido* là thú nhồi bông có sừng màu hồng trông giống như con khỉ. Sau đó lặp lại từ *mido* vài lần, luôn ám chỉ thú nhồi bông có sừng màu hồng giống khỉ. Sau này, yêu cầu số trẻ con này tìm một con "theri" trong một đám thú nhồi bông có lẫn lộn một số mido. Chưa hề nghe từ *theri* trước đó bao giờ, nó sẽ làm gì? Nó không hề chọn mido, thay vào đó nó chọn thú nhồi bông khác. Biết rằng mido ám chỉ thú có sừng màu hồng giống khỉ, rõ ràng trẻ con quyết định rằng theri phải ám chỉ một trong những thú nhồi bông khác.

Rõ ràng, trẻ con áp dụng qui tắc đơn giản những hiệu quả để học từ mới như sau:

- Nếu nghe một từ lạ có mặt đồ vật đã có tên và những đồ vật không có tên thì từ ám chỉ một trong những đồ vật không có tên.

Bạn có thể nghĩ ra các qui tắc đơn giản khác giúp trẻ con kết hợp từ với vật tương ứng chính xác hay không? Đây là 3 qui tắc mà các nhà khoa học phát hiện (Hall, 1996; Waxman & Markow, 1995):

- Tên ám chỉ một đồ vật chung, không phải là một bộ phận hoặc có liên hệ với đồ vật khác, và tên ám chỉ không những đồ vật cụ thể này mà còn ám chỉ tất cả đồ vật cùng loại.
- Nếu một đồ vật có tên và người ta giới thiệu tên khác thì tên mới biểu thị một nhóm phụ của tên ban đầu.
- Dựa vào nhiều thành viên trong nhóm tương tự (chẳng hạn chó), một từ luôn được dùng để chỉ một thành viên trong số này (chẳng hạn "đốm") là danh từ riêng.

Qui tắc như thế này thật vô giá vì chúng giúp trẻ con giảm bớt rất nhiều số lượng nghĩa có thể của một từ. Dĩ nhiên, qui tắc không phải dễ áp dụng. *Lỗi thường gặp, gọi là* mở rộng quá mức, *định nghĩa một từ quá rộng.* Trẻ con có thể sử dụng *car* để ám chỉ xe buýt và xe tải hoặc *doggie* để gọi tất cả động vật bốn chân. *Đôi khi trẻ con phạm sai lầm ngược lại,* mở rộng quá ít, *do định nghĩa một từ quá hẹp.* Chẳng hạn, trẻ con có thể dùng *car* chỉ để gọi ôtô trong gia đình hoặc *ball* để gọi quả bóng đồ chơi mình thích. Những lỗi này dần dần biến mất khi đứa trẻ hoàn thiện ý nghĩa của từ, mở rộng và thu hẹp từ trên cơ sở thông tin phản hồi mà nó nhận được từ bố mẹ và người khác.

Khuyến khích sự phát triển ngôn ngữ

Đối với trẻ con việc mở rộng vốn từ của mình, nó cần nghe người khác nói. Không có gì phải ngạc nhiên, trẻ con học từ nhanh hơn nếu bố mẹ trò chuyện với nó thường xuyên, nhất là khi lời nói của bố mẹ trả lời và khuyến khích lời nói của trẻ con (Pine, Lieven, & Rowland, 1997; Senechal, Thomas, & Monker,1995).

Xem truyền hình cũng giúp trẻ con học được từ trong một số tình huống nhất định. Chẳng hạn, trẻ con trước tuổi đến trường thường xuyên xem *Sesame Street* khi vào mẫu giáo thường có vốn từ nhiều hơn những đứa trẻ trước tuổi đến trường



xem *Sesame Street* ít hơn (Rice và người khác, 1990). Các loại chương trình truyền hình khác – nhất là phim hoạt hình – không có tác động tích cực này.

Điều gì giải thích cho sự khác biệt? Muốn thành công phải khuyến khích trẻ con chủ động tham gia các hoạt động liên quan ngôn ngữ. Các đoạn băng video như trong ảnh (bên trên) khuyến khích trẻ con gọi tên đồ vật, hát và đếm. Rõ ràng, nguyên tắc cơ bản khác cũng như thế đối với truyền hình và phụ huynh: trẻ mở rộng vốn từ khi có kinh nghiệm thu hút và thử thách khả năng ngôn ngữ đang phát triển của mình.

NÓI THÀNH CÂU: PHÁT TRIỂN NGỮ PHÁP

Trong vòng vài tháng sau khi đứa trẻ nói được từ đầu tiên, nó bắt đầu tạo ra các câu hai từ đơn giản. Những câu như thế dựa trên "công thức" mà trẻ con tưởng tượng từ kinh nghiệm của chính mình (Braine, 1976; Radford, 1995). Được trang bị bằng một vài công thức, trẻ con có thể diễn đạt rất nhiều ý kiến:

Công thức	Ví dụ
Diễn viên + hành động	Mẹ ngủ, Timmy chạy
Hành động + đồ vật	Làm bánh qui, ném banh
Người sở hữu + sở hữu	Kimmy thùng, Maya xẻng

Mỗi đứa trẻ phát triển một vốn tiết mục công thức độc đáo, phản ánh kinh nghiệm của chính mình. Tuy nhiên, công thức liệt kê ở đây thường được nhiều đứa trẻ đang tuổi lớn ở nhiều nước khác nhau trên thế giới áp dụng.

Từ câu hai từ đến câu phức

Trẻ con nhanh chóng chuyển sang nói câu hơn hai từ, trước tiên bằng cách kết hợp các đoạn hai từ với nhau: "Rachel đá" và "đá banh" thành "Rachel đá banh". Ít lâu sau đứa trẻ nói những câu dài hơn, trong lời nói của trẻ con 3 tuổi thường nghe câu có từ 10 từ trở lên. Chẳng hạn, khi 1 tuổi rưỡi, Laura Kail nói, "Gimme juice" hoặc "Bye-bye Ben". Khi 2 tuổi rưỡi, bé phát triển thành "Khi con ăn xong kem, con sẽ đi tắm, okay?" và "Đừng tắt đèn – con không thấy gì cả!"

Câu hai, ba từ của trẻ con thường thiếu tiêu chuẩn ngữ pháp của người lớn. Trẻ con nói "He eating" thay vì "He is eating" hoặc "two cat" hơn là "two cats". *Loại lời nói này được gọi là* điện tín *vì giống như điện tín thời xưa, lời nói của trẻ con chỉ bao gồm từ nào trực tiếp liên quan đến nghĩa. Các thành phần thiếu,* hình vị ngữ pháp, *là từ hoặc đuôi từ (chẳng hạn* -ing, -ed, *hoặc* -s) *làm cho câu đúng ngữ pháp.* Trong những năm trước tuổi đến trường, trẻ con dần dần sử dụng hình vị ngữ pháp, trước tiên nắm vững những hình vị diễn đạt mối quan hệ đơn giản như *-ing,* được dùng để biểu thị rằng hành động được diễn đạt bằng động từ đang diễn ra. Các hình thức phức tạp hơn, chẳng hạn sử dụng thích hợp các hình thức khác nhau của động từ *to be,* được trẻ con nắm vững về sau này (Peters, 1995).



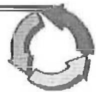
Berko,1958.

Sử dụng hình vị ngữ pháp của trẻ con dựa trên hiểu biết qui tắc ngữ pháp đang phát triển của trẻ con, không phải đơn thuần là việc nhớ từng từ. Điều này đầu tiên được chứng minh trong một nghiên cứu bước ngoặt của Berko (1958), trong đó trẻ con những năm trước tuổi đến trường được cho xem hình vẽ các vật vô tri giống như vật trong minh họa (bên trên). Người thí nghiệm đặt tên cho vật, nói, "Đây là một con wug". Sau đó cho trẻ xem hình vẽ hai vật này, người thí nghiệm nói, "Đây là hai ______". Hầu hết trẻ đều nói một cách tự phát "wugs". Vì cả dạng số ít và số nhiều của từ này đều mới lạ đối với những trẻ con này, nên trẻ con chỉ có thể tạo ra dạng số nhiều đúng bằng cách áp dụng qui tắc quen thuộc là thêm s phía sau.

Trẻ con lớn lên trong gia đình nói tiếng Anh gặp vấn đề tiếng mẹ đẻ của nó không theo qui luật, có nhiều ngoại lệ. *Đôi khi trẻ con áp dụng qui tắc vào từ vốn là ngoại lệ của qui tắc ấy, lỗi lầm được gọi là* qui tắc hóa quá mức. Chẳng hạn, trong số nhiều, trẻ con có thể thêm s không đúng thay vì sử dụng số nhiều bất qui tắc – hai "mans" thay vì hai "men". Ở thì quá khứ, trẻ thêm *-ed* thay vì dùng dạng quá khứ bất qui tắc của động từ: "I goed home" thay vì "I went home" (Marcus và người khác, 1992; Mervis & Johnson, 1991).

Những minh họa này cho ta biết về tính phức tạp trong việc nắm vững qui tắc ngữ pháp trong ngôn ngữ. Trẻ con không chỉ học một tập hợp mở rộng các qui tắc cụ thể mà trẻ con còn phải hiểu mọi ngoại lệ trên cơ sở từng trường hợp. Cho dù công việc này rất khó nhưng hầu hết trẻ con đều nắm vững những điểm cơ bản trong tiếng mẹ đẻ vào lúc đi học. Trẻ con làm điều này như thế nào? Chúng ta sẽ thấy trong phần Tác động hiện hành, tất cả tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội đều góp phần.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: TRẺ CON HỌC NGỮ PHÁP NHƯ THẾ NÀO?



Nắm vững ngữ pháp tùy thuộc vào tác động Sinh học, văn hóa xã hội và tâm lý. Đối với Sinh học, nhà ngôn ngữ Noam Chomsky quả quyết rằng bộ não "mắc sẵn dây" cho việc học ngữ pháp. Nghĩa là, trẻ sinh ra có mạng thần kinh giúp trẻ suy luận các qui tắc ngữ pháp (Atkinson, 1992).

Tác động văn hóa xã hội cũng rất quan trọng. Bố mẹ đưa vào lời nói của mình các mẫu câu con mình đang học (Hoff-Ginsberg, 1990). Chẳng hạn, khi trẻ những năm trước tuổi đến trường lần đầu thử sử dụng các đại từ như you, I, và they (bạn, tôi, và họ), bố mẹ sử dụng nhiều ví dụ của những đại từ này trong lời nói của mình. Vì thế, bố mẹ giúp con tìm hiểu các qui tắc ngữ pháp mới dễ hơn bằng cách đưa ra lời nói thích hợp bổ sung.

Tác động tâm lý cũng quan trọng. Trẻ con chủ động tìm hiểu ý nghĩa trong ngôn ngữ (Bloom, 1991; Braine, 1992). Trẻ con phát biểu có hệ thống các qui tắc ngữ pháp mang tính thăm dò, rồi sau đó tìm kiếm thông tin phản hồi để đánh giá các qui tắc ấy. Chẳng hạn, khi lời nói của đứa trẻ không đúng hoặc chưa hoàn chỉnh, bố mẹ sửa lại câu hoặc hoàn chỉnh lời con trẻ nói. Nếu con trẻ nói, "Sara eat cookie" (Sara ăn bánh qui) thì bố mẹ đáp lại, "Yes, Sara is

eating a cookie" (đúng, Sara đang ăn bánh qui). Lời đáp của bố mẹ nắm bắt được ý nghĩa trong nhận xét của con nhưng mô tả dạng ngữ pháp đúng (Bohannon va người khác, 1996). Khi nhận xét của đứa trẻ đúng ngữ pháp thì bố mẹ tiếp tục cuộc chuyện trò. Bằng cách sửa lại lời cho con trẻ hoặc tiếp tục trò chuyện, bố mẹ cung cấp thông tin phản hồi về các qui tắc thăm dò của con trẻ.

Tác nhân quan trọng trong sự phát triển ngữ pháp là bộ não chuyên môn hóa (tác động Sinh học), môi trường ngôn ngữ phong phú (tác động văn hóa xã hội), và đứa trẻ chủ động tìm cách nhận biết qui tắc trong lời nói (tác động Sinh học). Những tác động này kết hợp sẽ giúp đứa trẻ nắm vững ngữ pháp.

GIAO TIẾP VỚI NGƯỜI KHÁC

Tưởng tượng hai đứa trẻ trước tuổi đến trường này đang tranh cãi là cách tốt nhất để tìm hiểu muốn giao tiếp hiệu quả cần phải có những gì. Cả hai đứa trẻ có lẽ cố nói cùng lúc, nhận xét của đứa trẻ có thể rời rạc hoặc không mạch lạc, nó không chịu nghe người khác nói. Những hành động này cho thấy 3 yếu tố quan trọng trong giao tiếp lời nói hiệu quả với người khác (Grice, 1975) như sau:

- Con người phải luân phiên trong vai trò người nói và người nghe.
- Khi nói, nhận xét phải dễ hiểu, rõ ràng đối với người nghe, từ quan điểm của chính mình.
- Khi nghe, phải chú ý và để cho người nói biết rằng nhận xét của anh ta không phải là vô nghĩa.

Nắm vững những yếu tố này là công việc trong suốt đời. Nói cho cùng, thậm chí người lớn thường giao tiếp với nhau không thành công mấy, đều vi phạm các qui định này. Tuy nhiên, trẻ con nắm bắt phần lớn những điều cơ bản trong giao tiếp lúc đầu đời.

Luân phiên

Nhiều bố mẹ đã bắt đầu khuyến khích chờ đến lượt trước khi con trẻ nói được từ đầu tiên (Field & Widmayer, 1982):

BỐ MẸ: Con có thấy con chim không?

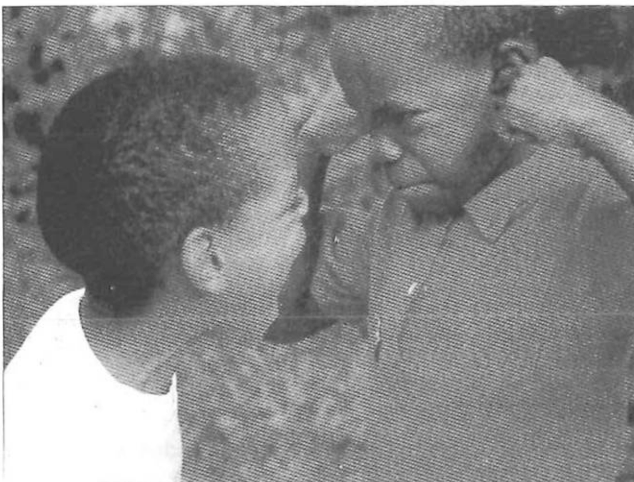
CON: (gù gù...) ooooh.

BỐ MẸ: Đây là con chim xinh.

CON: ooooh.

BỐ MẸ: Con đúng, chim màu đỏ đấy.

Ngay sau khi trẻ con một tuổi bắt đầu nói, bố mẹ như ông bố trong ảnh (bên dưới phải) khuyến khích con tham gia chuyện trò luân phiên. Để giúp con trẻ, bố mẹ thường thực hiện cả hai vai trò trong cuộc chuyện





trò, bố mẹ luân phiên giữa vai trò người nói và người nghe (Ervin-Tripp, 1970):

BỐ MẸ: (bắt đầu chuyện trò) Kendra ăn gì thế?

BỐ MẸ: (đáp thay cho con) Con đang ăn bánh qui đấy.

Giúp đỡ như thế này rất cần thiết cho trẻ con dưới 2 tuổi, khi chuyện trò luân phiên tự phát thường diễn ra giữa con trẻ và người lớn (Barton & Tomasello, 1991). Khi 3 tuổi, đứa trẻ chuyển sang giai đoạn nếu người nghe không trả lời ngay thì đứa trẻ thường lặp lại nhận xét của mình để gợi câu trả lời và làm cho cuộc chuyện trò tiếp tục (Garvey & Berninger, 1981).

Nói hiệu quả

Ý nghĩa của thông tin phải rõ ràng. Tuy nhiên, sự rõ ràng chỉ đánh giá được đối với độ tuổi của người nghe, chủ đề chuyện trò và bối cảnh chuyện trò. Chẳng hạn, hãy nghĩ đến yêu cầu đơn giản, "đưa cho tôi đồ mở vít Phillips". Thông tin này đối với người lớn quen thuộc với nhiều loại đồ nghề rất rõ ràng nhưng đối với trẻ con thật mơ hồ vì tất cả đồ mở vít đều cùng một khuôn mà ra. Dĩ nhiên, nếu thùng đồ nghề chỉ toàn là đồ mở vít hiệu Phillips đủ cỡ, thì thông tin thậm chí cũng mơ hồ đối với người nghe có hiểu biết.

Luôn tạo ra thông tin rõ ràng là một nghệ thuật, nên hầu như chúng ta khó nghĩ rằng đứa trẻ thành thạo. Tuy nhiên, ở những năm trước tuổi đến trường, đứa trẻ cố gắng xác định thông tin, điều chỉnh thông tin cho phù hợp với người nghe và bối cảnh. Tuy nhiên, trẻ con 4 tuổi sử dụng ngữ pháp đơn giản hơn và tránh các chủ đề phức tạp khi nói chuyện với trẻ con 2 tuổi (Shatz & Gelman, 1977). Nếu người nghe có vẻ hiểu lầm thì trẻ con 2, 3 tuổi sẽ giải thích thông tin của mình cho rõ ràng (Shwe & Markman, 1997). Những chứng cứ này cho thấy trẻ con trước tuổi đến trường rất nhạy cảm với ý nghĩa quan trọng trong kỹ năng và hiểu biết của người nghe trong việc hình thành một thông tin rõ ràng.

Chú ý lắng nghe

Đôi khi, thông tin mơ hồ và khó hiểu, trong tình huống như thế, người nghe cần yêu cầu người nói giải thích thông tin cho rõ. Trẻ con trước tuổi đến trường không phải lúc nào cũng biết một thông tin mơ hồ. Bảo đứa trẻ tìm "đồ chơi màu đỏ", đứa trẻ sẽ chọn ngay trái banh màu đỏ trong đống đồ chơi gồm ôtô đồ chơi màu đỏ, ô ghép hình màu đỏ và búa đồ chơi màu đỏ. Thay vì yêu cầu người nói nêu cụ thể đồ chơi màu đỏ thì đứa trẻ trước tuổi đến trường thường nghĩ rằng mình biết người nói muốn nói đến đồ chơi mình thích (Beal & Belgrad, 1990). Trong những năm tiểu học, trẻ con dần dần nắm vững nhiều yếu tố liên quan đến việc xác định liệu thông tin của người khác có rõ ràng và nhất quán hay không (Ackerman, 1993).

Cải thiện kỹ năng giao tiếp là một thành tựu đáng kinh ngạc khác trong ngôn ngữ trong 5 năm đầu đời, thay đổi được tóm tắt trong bảng sau. Vào lúc trẻ con chuẩn bị học mẫu giáo, trẻ con đã sử dụng được ngôn ngữ với sự thành thạo đáng kể, có khả năng giao tiếp với kỹ năng đang phát triển.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy so sánh tiếp cận xử lý thông tin, của Piaget, và của Vygotsky, về sự nhấn mạnh vai trò ngôn ngữ trong phát triển nhận thức.

CỘT MỐC QUAN TRỌNG TRONG PHÁT TRIỂN NGÔN NGỮ

Độ tuổi	Cột mốc
Mới sinh đến 1 tuổi	Đứa trẻ nghe được âm vị, bắt đầu thầm thì rồi sau đó bi bô.
Khoảng 1 tuổi	Đứa trẻ bắt đầu trò chuyện và ra điệu bộ, cho thấy trẻ bắt đầu sử dụng biểu tượng.
1 – 2 tuổi	Vốn từ phát triển nhanh (do phác họa nhanh), kiểu tập quen ngôn ngữ phản ánh và diễn đạt xuất hiện, câu hai từ xuất hiện trong lời nói điện tín, thấy rõ luân phiên trong giao tiếp.
3 – 5 tuổi	Vốn từ tiếp tục phát triển, hình vị ngữ pháp được bổ sung, đứa trẻ bắt đầu điều chỉnh lời nói phù hợp với người nghe nhưng người nghe thường phớt lờ vấn đề trong thông tin mình nhận được.

TỰ KIỂM TRA

1. ______ là âm cơ bản dùng để tạo ra từ.
2. Sự nắm vững âm ngôn ngữ của trẻ con có thể được khuyến khích bằng ______, trong đó người lớn nói chậm và nhấn mạnh thay đổi âm sắc và âm lượng.
3. Tiếng bi bô của trẻ con lớn thường bao gồm ______, mẫu âm sắc cao thấp phân biệt câu trần thuật với câu nghi vấn.
4. Trẻ con với vốn từ đầu tiên là những từ gọi tên, và ngôn ngữ chủ yếu là công cụ trí năng, sử dụng kiểu ______.
5. Trong ______, nghĩa của một từ của trẻ con rộng hơn nghĩa của người lớn.
6. Noam Chomsky, một nhà ngôn ngữ nổi tiếng nhấn mạnh vai trò ______ trong việc lĩnh hội ngữ pháp của trẻ con.
7. Khi trò chuyện với trẻ con 2 tuổi, trẻ 4 tuổi ______.
8. Theo thuyết của Piaget, trẻ con trước tuổi đến trường đều tự đề cao mình. Tính tự đề cao này ảnh hưởng đến khả năng giao tiếp của trẻ ra sao? Chứng cứ chúng ta mô tả về kỹ năng giao tiếp của trẻ có nhất quán với quan điểm của Piaget hay không?

Trả lời: (1) âm vị, (2) lời nói với trẻ, (3) ngữ điệu, (4) tham khảo, (5) mở rộng quá mức, (6) cơ chế Sinh học, (7) sử dụng ngữ pháp đơn giản hơn và tránh chủ đề phức tạp

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Những năm trước tuổi đến trường đánh dấu sự chuyển tiếp từ một đứa trẻ đang sống lệ thuộc vào người khác thành một đứa trẻ 5 tuổi độc lập bắt đầu quá trình

đi học ở trường. Piaget giải thích sự chuyển tiếp này theo nghĩa phát triển qua các giai đoạn khác nhau về chất. Hai năm đầu là giai đoạn vận động nhận cảm, với đỉnh điểm là khả năng sử dụng biểu tượng. Trẻ con 2 – 7 tuổi thuộc giai đoạn tiền hoạt động, khi đứa trẻ bắt đầu tìm hiểu khả năng suy nghĩ biểu tượng. Tuy nhiên, suy nghĩ của trẻ con rất hạn chế, bao gồm tính tự đề cao mình giải thích động tác gật đầu, lắc đầu của Jamila trong khi nói chuyện qua điện thoại.

Chúng ta cũng khảo sát tiếp cận xử lý thông tin, trong đó sự phát triển nhận thức được mô tả theo nghĩa cả tiếp cận chung và cụ thể trong từng công việc. Chúng ta hiểu rằng kỹ năng chú ý và trí nhớ cơ bản được cải thiện đáng kể trong những năm trước tuổi đến trường. Tuy nhiên, trong trí nhớ của trẻ con có sự không hoàn hảo vì thế trẻ con trước tuổi đến trường như Cheryl (đứa trẻ liên quan trong trường hợp tình nghi lạm dụng) không phải lúc nào cũng đưa ra lời xác nhận đáng tin.

Kế đến, chúng ta khảo sát quan điểm phát triển nhận thức của Vygotsky, nghĩa là sự tập sự trong đó trẻ con tiến bộ khi cộng tác với người khác vốn hiểu biết nhiều hơn trẻ con. Chúng ta hiểu rằng trẻ con như Victoria tự thầm thì với mình trong giai đoạn chuyển tiếp trong đó sự kiểm soát quá trình nhận thức được chuyển từ người khác sang chính mình.

Trong phần cuối, chúng ta hiểu rằng trẻ con và trẻ con trước tuổi đến trường nắm vững âm, nghĩa và ngữ pháp của tiếng mẹ đẻ ngay từ đầu đời. Chẳng hạn, đứa trẻ như Nabina hiểu từ trước khi nói rất lâu. Tuy nhiên, sử dụng ngôn ngữ hiệu quả trong giao tiếp phát triển chậm hơn nhiều, tiếp tục trong suốt quãng đời.

Kết quả của khả năng trí tuệ và ngôn ngữ đang phát triển này, trẻ có khả năng hoàn thiện hơn trong sự tương tác và mối quan hệ với người khác, chúng ta sẽ chứng kiến trong Chương 5.

TÓM TẮT



Bắt đầu suy nghĩ: giải thích của Piaget

Các nguyên tắc cơ bản của sự phát triển nhận thức

- Trong quan điểm của Piaget, trẻ con hình thành sự hiểu biết thế giới của chính mình bằng cách tạo ra sơ đồ, nhóm các sức khỏe liên quan, đối tượng và hiểu biết. Sơ đồ của trẻ con dựa trên hành động, nhưng sơ đồ của trẻ lớn và thanh niên dựa trên thuộc tính chức năng, khái niệm và trừu tượng.
- Sơ đồ luôn thay đổi. Trong sự đồng hóa, kinh nghiệm được kết hợp vào trong sơ đồ hiện có. Trong sự thích nghi, kinh nghiệm có thể bổ sung sửa đổi sơ đồ.
- Khi sự thích nghi phổ biến hơn sự đồng hóa, đây là dấu hiệu cho biết sơ đồ của trẻ con không phù hợp, vì thế trẻ con sắp xếp lại sơ đồ. Sự sắp xếp này tạo ra bốn phân đoạn khác nhau của sự phát triển trí tuệ từ thời thơ ấu cho đến tuổi trưởng thành.

Suy nghĩ vận động nhận cảm

- Hai năm đầu đời là giai đoạn vận động nhận cảm của Piaget, chia thành sáu

giai đoạn khi đứa trẻ phát triển qua các giai đoạn, sơ đồ phức tạp hơn. Từ 8 – 12 tháng tuổi, một sơ đồ được sử dụng để phục vụ sơ đồ khác, khi 12 – 18 tháng tuổi, đứa trẻ thử nghiệm sơ đồ, khi 18 – 24 tháng tuổi, đứa trẻ tham gia xử lý biểu tượng.

Suy nghĩ tiền hoạt động

• Từ 2 đến 7 tuổi, trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động của Piaget. Mặc dù lúc này có khả năng sử dụng biểu tượng, suy nghĩ của đứa trẻ bị hạn chế bởi tính tự đề cao mình, không thể quan sát thế giới bằng quan điểm của người khác. Trẻ con trong giai đoạn tiền hoạt động cũng không thể đảo ngược hoạt động suy nghĩ và đôi khi nhầm lẫn vẻ ngoài với thực tế.

Đánh giá thuyết của Piaget

• Một đóng góp quan trọng của thuyết Piaget là quan điểm cho rằng trẻ con chủ động tìm hiểu thế giới của mình. Một đóng góp khác là nêu cụ thể điều kiện nuôi dưỡng sự phát triển nhận thức. Tuy nhiên, thuyết Piaget bị phê phán vì thực hiện của đứa trẻ trong công việc đôi khi được giải thích tốt hơn bằng những quan điểm không phải là một bộ phận trong thuyết của ông. Khiếm khuyết khác là việc của đứa trẻ từ công việc này sang công việc khác không nhất quán như thuyết dự đoán. Ý kiến khác cho rằng giải thích suy nghĩ của Piaget đánh giá quá thấp tác động văn hóa xã hội.



Xử lý thông tin trong tuổi ẵm ngửa và đầu thời thơ ấu

Các nguyên tắc xử lý thông tin chung

• Theo quan điểm xử lý thông tin, sự phát triển nhận thức bao gồm các thay đổi trong phần cứng trí tuệ và phần mềm trí tuệ.

Chú ý

• So với trẻ lớn, trẻ trước tuổi đến trường ít có khả năng chú ý đến thông tin liên quan công việc hơn. Sự chú ý của đứa trẻ có thể được cải thiện bằng cách làm cho kích thích không liên quan giảm bớt đi.

Trí nhớ

• Trẻ con có thể nhớ và có thể nhắc nhớ lại các sự kiện dường như đã quên. Trẻ con trước tuổi đến trường có thể nhớ các sự kiện mà trẻ đã trải qua trước đó hơn một năm. Hoạt động thông thường bao gồm một chuỗi các sự kiện được lưu trữ trong bộ nhớ như một vết nhớ. Tuy nhiên, vết nhớ làm sai lệch sự nhớ lại của trẻ khi sự kiện thực tế không phù hợp chính xác với vết nhớ.

• Trẻ con trước tuổi đến trường đôi khi làm chứng trong trường hợp lạm dụng trẻ em. Khi đứa trẻ được hỏi lặp đi lặp lại, trẻ con trước tuổi đến trường thường khó phân biệt những gì mình đã trải qua với những gì người khác đề nghị nên trải qua. Sự không chính xác thuộc loại này có thể được giảm thiểu bằng cách áp dụng một số hướng dẫn khi phỏng vấn đứa trẻ chẳng hạn như cảnh báo cho trẻ biết rằng người phỏng vấn có thể đánh lừa đứa trẻ.

Hiểu biết về lượng

• Trẻ con có khả năng phân biệt các lượng nhỏ, chẳng hạn như “hai vật” từ “ba vật”. Khi 3 tuổi, đứa trẻ có thể đếm nhiều tập hợp đồ vật nhỏ, áp dụng các nguyên tắc từng cái một, trật tự ổn định và kết hợp.

• Học đếm các con số lớn bao gồm tập quen qui tắc về tên đơn vị và hàng mười. Sự tập quen này khó hơn đối với trẻ nói tiếng Anh so với trẻ con ở các nước châu Á, vì tên con số trong tiếng Anh đều bất qui tắc.



Trí tuệ và văn hóa: thuyết của Vygotsky

Vùng phát triển đầu gần

• Vygotsky cho rằng nhận thức phát triển lúc đầu trong một bối cảnh xã hội và chỉ phát triển dần dần dưới sự kiểm soát độc lập của trẻ con. Sự khác biệt giữa những gì trẻ có thể làm có sự giúp đỡ và những gì trẻ con làm một mình cấu thành vùng phát triển đầu gần.

Bắc giàn

• Kiểm soát kỹ năng nhận thức được chuyển sang cho đứa trẻ thông qua việc bắc giàn, một cách truyền đạt trong đó giáo viên để cho đứa trẻ đảm nhận ngày càng nhiều công việc hơn khi đứa trẻ đã nắm vững các thành phần khác nhau. Việc bắc giàn thường gặp trên khắp thế giới, nhưng kỹ thuật bắc giàn cụ thể cho việc học của trẻ thay đổi từ bối cảnh văn hóa này sang bối cảnh văn hóa khác.

Lời nói riêng

• Trẻ con thường nói với chính mình, nhất là khi công việc khó hoặc sau khi trẻ phạm lỗi. Lời nói riêng như thế là cách để đứa trẻ điều tiết hành vi của mình, tượng trưng một bước trung gian trong sự chuyển sự kiểm soát suy nghĩ từ người khác sang chính mình.

Ngôn ngữ

Con đường hình thành lời nói

• Âm vị là các đơn vị âm cơ bản để hình thành từ. Trẻ con nghe được âm vị ngay sau khi sinh. Thậm chí trẻ con nghe được âm vị không được sử dụng trong tiếng mẹ đẻ của mình, nhưng khả năng này không còn khi đứa trẻ hơn một tuổi.

• Lời nói với trẻ con là lời nói của người lớn dành cho trẻ con, nói chậm hơn, có nhiều biến thể âm sắc và âm lượng hơn. Trẻ con thích lời nói với trẻ hơn vì cung cấp gợi ý ngôn ngữ bổ sung cho trẻ.

• Giao tiếp của trẻ sơ sinh được hạn chế bằng tiếng khóc, nhưng khoảng 3 tháng tuổi, đứa trẻ thì thầm. Ít lâu sau là tiếng bi bô bao gồm một âm tiết đơn, sau vài tháng nữa, tiếng bi bô của trẻ con bao gồm các âm tiết và ngữ điệu dài hơn.

Các từ đầu tiên và nhiều từ khác

• Sau một giai đoạn ngắn trong đó đứa trẻ trông có vẻ hiểu lời nói của người khác nhưng bản thân chưa nói được, hầu hết đứa trẻ bắt đầu nói sau khi thôi nôi. Sử dụng từ đầu tiên được khởi sự bằng việc nhận biết rằng từ là biểu tượng. Sau đó, vốn từ của đứa trẻ phát triển nhanh. Một số trẻ sử dụng kiểu tham khảo nhấn mạnh từ như các tên và xem ngôn ngữ như một công cụ trí tuệ. Các đứa trẻ khác sử dụng kiểu diễn đạt nhấn mạnh nhóm từ và xem ngôn ngữ như một công cụ xã hội.

• Hầu hết trẻ con hiểu nghĩa của từ nhanh đến mức không thể nghĩ đến tất cả nghĩa có thể của từ theo hệ thống. Thay vào đó, trẻ con sử dụng một số qui tắc để xác định nghĩa có thể của từ mới. Qui tắc không phải lúc nào cũng thu được nghĩa chính xác. Sự mở rộng quá ít là nghĩa của từ bị thu hẹp hơn nghĩa của từ do người lớn sử dụng, sự mở rộng quá mức là nghĩa của từ do trẻ sử dụng rộng hơn.

• Vốn từ của trẻ con được kích thích bằng kinh nghiệm. Cả bố mẹ lẫn truyền hình có thể nuôi dưỡng sự phát triển vốn từ. Yếu tố quan trọng là phải giúp trẻ chủ động tham gia hoạt động liên quan đến ngôn ngữ.

Nói thành câu: phát triển ngữ pháp

• Ngay sau khi đứa trẻ bắt đầu nói,

đứa trẻ nói câu hai từ lấy từ kinh nghiệm của chính mình. Chuyển từ câu hai từ sang câu phức bao gồm bổ sung hình vị ngữ pháp. Trước tiên đứa trẻ nắm vững hình vị ngữ pháp diễn đạt quan hệ đơn giản rồi sau đó những hình vị ngữ pháp ấy biểu thị quan hệ phức tạp hơn. Nắm vững hình vị ngữ pháp bao gồm việc học qui tắc cũng như các ngoại lệ trong qui tắc.

• Một số nhà ngôn ngữ học quả quyết rằng ngữ pháp quá phức tạp đối với trẻ đến mức không thể học được từ kinh nghiệm của mình, thay vào đó bộ não phải được "mắc dây sẵn" cho công việc. Tuy nhiên, kinh nghiệm ngôn ngữ rất quan trọng. Lời nói của bố mẹ làm mẫu để con trẻ bắt chước. Đứa trẻ cố suy luận qui tắc ngữ pháp từ lời nói mình nghe được, bố mẹ cho con trẻ biết thông tin phản hồi liên quan những qui tắc thăm dò này.

Giao tiếp với người khác

• Bố mẹ khuyến khích luân phiên thậm chí trước khi trẻ bắt đầu nói, về sau này, thực hiện cả vai trò người nói lẫn người nghe đối với trẻ. Khi 3 tuổi, trẻ tự phát chuyện trò luân phiên với người khác.

• Trẻ con trước tuổi đến trường điều chỉnh lời nói của mình ở dạng thô để phù hợp với nhu cầu của người nghe. Tuy nhiên, trẻ con trước tuổi đến trường không thể nhận biết sự mơ hồ trong lời nói của người khác, trẻ con chỉ cho rằng mình biết những gì người nói muốn nói.

TỪ KHÓA

sơ đồ
sự đồng hóa
sự thích nghi
sự cân bằng
giai đoạn vận động nhận cảm
phản ứng vòng sơ cấp
phản ứng vòng thứ cấp
phản ứng vòng bậc ba
tính tự đề cao mình
thuyết vật linh
phần cứng trí tuệ
phần mềm trí tuệ
quá trình chú ý
vết nhớ
nguyên tắc từng cái một
nguyên tắc trật tự ổn định
nguyên tắc kết hợp
vùng phát triển đầu gần
bắc giàn
âm vị
sự quen thuộc
lời nói với trẻ con
tiếng thì thầm
tiếng bi bô
ngữ điệu
kiểu tham khảo
kiểu diễn đạt
phác họa nhanh
mở rộng quá mức
mở rộng quá ít
lời nói điện tín
hình vị ngữ pháp
qui tắc hóa quá mức

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

CECI, S. J., & BRUCK, M. (1995). *Jeopardy in the courtroom: A scientific analysis of children's testimony.* Washington, D.C. Hiệp hội Tâm lý học Mỹ quốc. Do các chuyên gia hàng đầu biên soạn, sử dụng trẻ em làm nhân chứng, tác giả mô tả tốt nhất nên làm cách nào để đảm bảo rằng phỏng vấn có trẻ làm nhân chứng được tiến hành nhạy cảm và chuyên nghiệp.

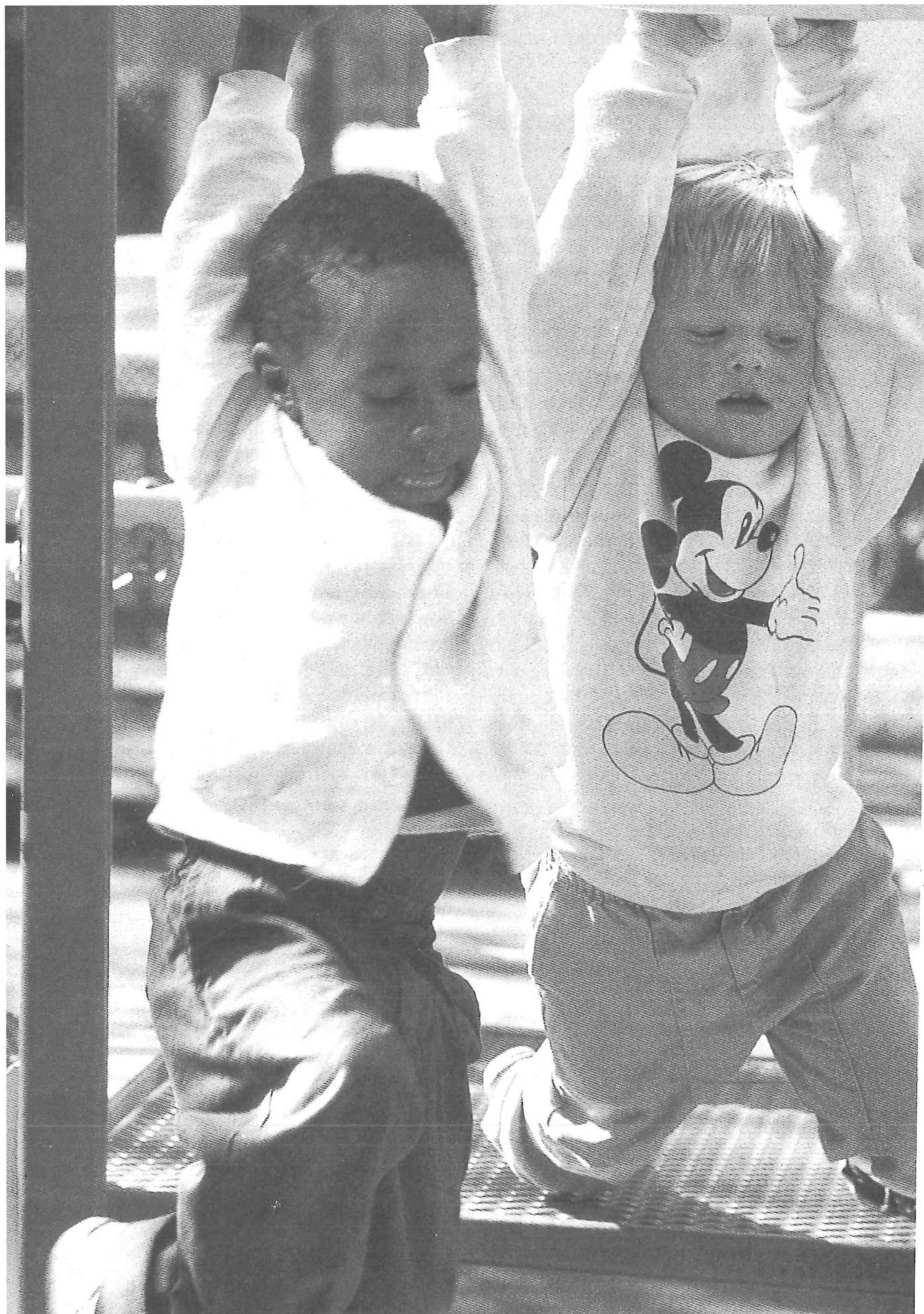
FLAVELL, J. H., MILLER, P. H., & MILLER, S. A. (1993). *Cognitive development* (tái bản lần thứ ba). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Quyển sách này do bộ ba nhà nghiên cứu hàng đầu biên soạn, mô tả sự phát triển nhận thức trong tuổi ẵm ngửa và những năm trước tuổi đến trường. Trình bày thuyết của Piaget và Vygotsky, như quan điểm xử lý thông tin. Có lẽ đây là sách tham khảo đa năng nhất về sự phát triển nhận thức đối với sinh viên.

GARVEY, C. (1984). *Children's Talk.* Cambridge, MA: Harvard University Press. Quyển sách này chứng minh cách sử dụng ngôn ngữ xã hội của trẻ và cũng là một công cụ trí tuệ, có rất nhiều minh họa giải trí bằng cuộc chuyện trò của trẻ.

KAIL, R. (1990). *The development of memory in children* (tái bản lần thứ ba). New York: Freeman. Quyển sách này mô tả trí nhớ ở trẻ tuổi ẵm ngửa và trẻ biết đi chập chững cũng như ở trẻ lớn và thanh niên. Đề cập phần lớn nghiên cứu nhưng theo cách dễ hiểu, trực tiếp.

SIEGLER, R. S. (1998). *Children's thinking* (tái bản lần thứ ba). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Tác giả là người ủng hộ hàng đầu tiếp cận xử lý thông tin trong phát triển nhận thức, quyển sách này phản ánh định hướng ấy. Ông thảo luận thuyết và ngôn ngữ của Piaget nhưng đề cập nhiều về các chủ đề xử lý thông tin chẳng hạn trí nhớ, giải quyết vấn đề và kỹ năng học thuật.





CHƯƠNG 5

GIA NHẬP THẾ GIỚI XÃ HỘI

Nếu bạn là một fan của tiết mục *Friends* của kênh truyền hình NBC, thì những lời bài hát ưa chuộng này rất quen thuộc: *"Anh sẽ đến đó đợi em, khi trời mưa tầm tã, anh sẽ đến đó đợi em như đã từng đợi trước đây, vì em đã từng đợi anh ở nơi này..."* Bạn bè rất quan trọng nhưng bạn bè chỉ là một trong nhiều cách mà chúng ta, trong tư cách con người, quan hệ với nhau. Bạn bè, người yêu, vợ chồng, bố mẹ và con cái, đồng nghiệp, bạn cùng phòng là những loại khác nhau trong mối quan hệ xã hội làm cho cuộc sống của chúng ta vui thú và mãn nguyện.

Trong chương này, chúng ta lần theo nguồn gốc của những mối quan hệ xã hội này. Chúng ta bắt đầu bằng mối quan hệ xã hội đầu tiên – giữa con và bố mẹ. Bạn cũng sẽ hiểu được mối quan hệ này bị ảnh hưởng ra sao khi sự tách lìa diễn ra lúc bố mẹ làm việc cả ngày.

Tương tác với bố mẹ và người khác thường đầy ắp cảm xúc – vui, hài lòng, giận và tội lỗi – chỉ mới kể ra một vài. Trong phần thứ hai, bạn sẽ hiểu cách trẻ con thể hiện cảm xúc khác nhau và cách trẻ con nhận biết cảm xúc của người khác.

Trong phần thứ ba, bạn sẽ hiểu chân trời xã hội của trẻ con mở rộng vượt khỏi bố mẹ để bao gồm cả bạn đồng tuổi ra sao. Sau đó bạn sẽ tìm hiểu một số yếu tố xác định liệu trẻ có hợp tác và liệu trẻ con có giúp người khác đang đau khổ hay không.

Khi sự tương tác của trẻ con với người khác diễn ra trên diện rộng thì trẻ con bắt đầu tìm hiểu vai trò xã hội mà người khác nghĩ mình phải có. Trong số những vai trò xã hội mà trẻ con tìm hiểu là những vai trò đi kèm với giới tính – xã hội mong đợi bé gái và bé trai phải hành xử ra sao. Bạn cũng biết được trẻ con nhận biết vai trò giới tính ra sao.

KHỞI ĐẦU: TIN CẬY VÀ QUYẾN LUYẾN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các giai đoạn phát triển tâm lý xã hội đầu tiên của Erikson là gì?**
- **Trẻ con hình thành sự quyến luyến cảm xúc với mẹ, bố và những người quan trọng khác trong cuộc sống của mình như thế nào?**
- **Các biến thể khác nhau của mối quan hệ quyến luyến là gì, chúng phát sinh ra sao, có những kết quả gì?**
- **Tình cảm quyến luyến khi bố mẹ của đứa trẻ ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con nhỏ làm việc xa nhà có hại hay không?**

Khởi đầu: Tin cậy và quyến luyến

Các giai đoạn phát triển tâm lý xã hội đầu tiên của Erikson

Phát triển tình cảm quyến luyến

Quyến luyến, công việc, và chăm sóc thay thế

CON TRAI CỦA KENDRA *là Roosevelt là một đứa bé vui tính, tình cảm, mới tròn 18 tháng. Kendra thích dành nhiều thời gian ở bên con bất cứ khi nào không có việc gì quan trọng. Cô muốn đi làm trở lại, công việc của một nhân viên cho vay ở ngân hàng địa phương. Kendra biết một phụ nữ hàng xóm đã chăm sóc con của bạn mình, bạn cô nghĩ rằng người phụ nữ ấy là người trông trẻ tuyệt vời. Nhưng Kendra vẫn còn lưỡng lự không biết có nên đi làm trở lại hay không – nếu đi làm có thể làm hỏng sự phát triển của Roosevelt.*

Cả lý thuyết gia theo thuyết phát triển và bố mẹ đều nghĩ rằng mối quan hệ xã hội – cảm xúc phát triển giữa con và bố mẹ (thường không nhất thiết phải là mẹ) rất đặc biệt. Đây là mối quan hệ xã hội – cảm xúc đầu tiên của trẻ, vì thế các lý thuyết gia và bố mẹ cho rằng mối quan hệ này phải mang lại sự vừa ý, không có vấn đề để ấn định giai đoạn cho mối quan hệ sau này. Trong phần này, chúng ta sẽ khảo sát các bước liên quan trong việc tạo ra mối quan hệ cảm xúc đầu tiên của đứa trẻ. Đồng thời, bạn sẽ hiểu được mối quan hệ này bị ảnh hưởng bởi sự xa cách ra sao khi bố mẹ như Kendra phải làm việc suốt ngày.

CÁC GIAI ĐOẠN PHÁT TRIỂN TÂM LÝ XÃ HỘI ĐẦU TIÊN CỦA ERIKSON

Một số hiểu biết đầy đủ nhất của chúng ta về tính chất phát triển tâm lý xã hội đều phát xuất từ lý thuyết do Erik Erikson (1982) đưa ra. Trước tiên, chúng ta đề cập thuyết của Erikson trong chương 1, nhớ rằng ông mô tả sự phát triển như một chuỗi gồm 8 giai đoạn, mỗi giai đoạn có sự khủng hoảng riêng trong sự phát triển tâm lý xã hội. Khi giải quyết khủng hoảng thành công, chúng ta xác lập một vùng sức mạnh tâm lý xã hội. Khi khủng hoảng không được giải quyết thì khía cạnh phát triển tâm lý xã hội ấy bị kìm hãm, hạn chế khả năng giải quyết khủng hoảng sau này của cá thể.

Trong thuyết của Erikson, tuổi ẵm ngửa và những năm trước tuổi đến trường

BA GIAI ĐOẠN ĐẦU CỦA ERIKSON

Độ tuổi	Khủng hoảng	Sức mạnh
Tuổi ẵm ngửa	Tin cậy cơ bản so với hoài nghi	Hi vọng
1 - 3 tuổi	Tự quản so với hổ thẹn và hoài nghi	Ý chí
3 - 5 tuổi	Sáng kiến so với tội lỗi	Mục đích

được tượng trưng bằng 8 giai đoạn như trong sơ đồ (bên trên). Chúng ta hãy khảo sát từng giai đoạn.

Tin cậy cơ bản so với hoài nghi

Erikson lập luận rằng cảm giác tin cậy chính mình và tin cậy người khác là cơ sở trong sự phát triển con người. Trẻ sơ sinh rời khỏi sự ấm áp và an toàn của tử cung để sống trong một thế giới xa lạ. Nếu bố mẹ thường xuyên đáp ứng nhu cầu của con thì con mình sẽ tin tưởng và cảm thấy an toàn trong thế giới. Dĩ nhiên, thế giới không phải lúc nào cũng thú vị và đôi khi có nhiều hiểm nguy. Bố mẹ không thể lúc nào cũng đỡ được con khi con té hoặc có thể vô tình cho con ăn thức ăn quá nóng. Erikson nhìn thấy giá trị trong những kinh nghiệm này, vì đứa trẻ học được sự hoài nghi. *Với sự cân đối tốt giữa tin cậy và hoài nghi, đứa trẻ có thể có được* hi vọng *là sự cởi mở đối với kinh nghiệm mới được tôi luyện bằng sự thận trọng làm cho lo lắng hoặc nguy hiểm có thể phát sinh.*

Tự quản so với hổ thẹn và hoài nghi

Từ 1 đến 3 tuổi, đứa trẻ dần dần hiểu rằng mình có thể kiểm soát hành động của chính mình. Với hiểu biết này, nó phấn đấu tự quản, độc lập với người khác. Tuy nhiên, tự quản bị hoài nghi làm mất tác dụng, mà đứa trẻ có thể xử lý tình huống khắc khe và bằng hổ thẹn phát sinh do thất bại. *Sự kết hợp tự quản, hổ thẹn và hoài nghi tạo ra* ý chí *vốn là hiểu biết trong giới hạn rằng đứa trẻ có thể cố ý tác động thế giới của mình.*

Sáng kiến so với tội lỗi

Hầu hết bố mẹ có con 3, 4 tuổi tự mình đảm nhận một số trách nhiệm (chẳng hạn tự mặc quần áo). Trẻ con cũng bắt đầu đồng nhất với người lớn và bố mẹ, nó bắt đầu tìm hiểu cơ hội có sẵn trong nền văn hóa của mình. Trò chơi bắt đầu có mục đích khi nó tìm hiểu vai trò của người lớn chẳng hạn như mẹ, bố, cô, vận động viên hoặc nhà văn. Đứa trẻ bắt đầu tự mình tìm hiểu môi trường, hỏi rất nhiều câu về thế giới, và tự mình tưởng tượng khả năng có thể.

Sáng kiến này bị tội lỗi kiềm chế khi đứa trẻ nhận biết rằng sáng kiến của mình sẽ gây mâu thuẫn với người khác, đứa trẻ không thể theo đuổi tham vọng của mình với sự bị bỏ rơi. Mục đích *đạt được với sự cân bằng giữa sáng kiến cá nhân và thái độ sẵn sàng cộng tác với người khác.*

Một trong những ưu điểm trong thuyết của Erikson là khả năng kết hợp những phát triển tâm lý xã hội quan trọng trong suốt cuộc đời. Chúng ta sẽ trở lại các giai đoạn còn lại trong các chương cuối. Bây giờ, chúng ta hãy tập trung vào khủng hoảng đầu tiên trong số những khủng hoảng của Erikson – xác lập thái độ tin cậy thế giới – và khảo sát sự hình thành tình cảm quyến luyến giữa con và bố mẹ.

PHÁT TRIỂN TÌNH CẢM QUYẾN LUYẾN

Sigmund Freud là lý thuyết gia đầu tiên trong thời hiện đại nhấn mạnh tầm quan trọng của sự ràng buộc cảm xúc của

con trẻ với mẹ. Tuy nhiên, ngày nay, quan điểm về mối quan hệ con người ban đầu rất thịnh hành là quan điểm của John Bowlby (1969). *Nghiên cứu của ông phát xuất từ* Tập quán học, *một ngành Sinh học nghiên cứu về hành vi thích nghi của các chủng loài khác nhau, một mối quan hệ xã hội – cảm xúc lâu bền – có nhiều khả năng tồn tại.* Người này thường là người mẹ nhưng không nhất thiết phải là mẹ, điều quan trọng là mối quan hệ cảm xúc gắn bó với người chăm sóc, quan tâm. Quyến luyến cũng hình thành với bố, ông bà hoặc người khác.

Bowlby lập luận rằng áp lực tiến hóa ủng hộ các hành vi rất có khả năng gợi ra sự chăm sóc ở người lớn chẳng hạn như đeo bám, bú, khóc và cười. Nghĩa là qua quá trình tiến hóa của loài người, những hành vi này trở thành một phần tiêu chuẩn trong di sản kế thừa sinh học ở trẻ con. Cùng với phản ứng của người lớn, chúng tạo ra một hệ thống tương tác dẫn đến sự hình thành mối quan hệ quyến luyến.

Chúng ta hãy khảo sát một số bước đi trong sự hình thành tình cảm quyến luyến như thế.

➡ *Các bước hướng đến quyến luyến*

Mối quan hệ quyến luyến phát triển dần qua vài tháng đầu sau khi sinh, phản ánh kỹ năng nhận thức đang phát triển của trẻ con (mô tả trong chương 4). Bước đầu tiên đối với đứa trẻ là phải tìm hiểu sự khác nhau giữa con người và đồ vật khác. Thông thường, trong vài tháng đầu tiên, đứa trẻ bắt đầu phản ứng khác nhau đối với con người và đồ vật – chẳng hạn, cười nhiều hơn và phát âm nhiều hơn đối với con người. Điều này cho thấy đứa trẻ bắt đầu nhận biết thành viên trong thế giới xã hội.

Trong những tháng này, người mẹ và con trẻ bắt đầu đồng bộ hóa tương tác của mình (Nwokah & Fogel, 1993). Hãy nhớ lại trong chương 2 hành vi của trẻ con trải qua nhiều chu kỳ. Trẻ con thay đổi từ tình trạng tỉnh táo và chú ý sang tình trạng khó chịu, không chú ý. Người chăm sóc bắt đầu nhận biết những trạng thái hành vi này và điều chỉnh hành vi của chính mình cho phù hợp. Bà mẹ nhận thấy con đang thức, tỉnh táo, bắt đầu mỉm cười và trò chuyện với con. Những tương tác này thường tiếp tục cho đến khi tình trạng của trẻ con thay đổi, nhắc mẹ nên dừng lại. Lúc 3 tháng tuổi, nếu con trẻ tỉnh táo và mẹ không tương tác mà chỉ nhìn chăm chú không nói tiếng nào thì đứa trẻ ít nhất cũng khó chịu ở mức vừa phải, ngoảnh mặt đi và đôi khi khóc (Toda & Fogel, 1993).

Vì thế, mẹ và con dần dần điều chỉnh hành vi của mình sao cho cả hai “ăn khớp” cùng lúc (Gable & Isabella, 1992). Những tương tác này cung cấp cơ sở giao tiếp tinh vi hơn và nuôi dưỡng sự tin cậy ở trẻ con rằng mẹ phản ứng theo cách có thể đoán được và làm mình yên tâm.

Vào khoảng 6, 7 tháng, hầu hết trẻ con đều chọn ra người quyến luyến – thường là mẹ – như một nhân vật đặc biệt (Thompson, 1998). Đứa trẻ mỉm cười với mẹ, đeo mẹ nhiều hơn đeo người khác. Người quyến luyến càng nổi bật như cơ sở xã hội – cảm xúc ổn định của trẻ con. Chẳng hạn, trẻ con 7 tháng tuổi giống như trong ảnh (bên dưới) có thể tìm hiểu một môi trường mới lạ nhưng lâu lâu lại tìm mẹ như thể đang tìm kiếm sự yên tâm.



Hành vi như thế cho thấy đứa trẻ tin cậy và tin tưởng mẹ, điều này biểu thị mối quan hệ quyến luyến đã được xác lập.

Sau khi đứa trẻ quyến luyến với mẹ, thì nó nhanh chóng phát triển mối quan hệ quyến luyến với người khác gồm có bố, anh chị em ruột và ông bà (Schaffer & Emerson, 1964). Chúng ta hãy tìm hiểu tính chất mối quan hệ của trẻ con đối với bố.

Mối quan hệ bố – con

Ở Bắc Mỹ, tình cảm quyến luyến thường phát triển trước hết giữa con và mẹ vì mẹ vẫn là người chăm sóc chính. Tuy nhiên, hầu hết trẻ con ít lâu sau cũng quyến luyến với bố (Belsky, 1996; Parke, 1995).

Mặc dù trẻ con thường quyến luyến với cả bố lẫn mẹ, nhưng trẻ con tương tác với bố mẹ khác nhau. Bố dành nhiều thời gian để đùa giỡn với con trẻ nhiều hơn chăm sóc. Trong các nước khắp thế giới – Úc, Ấn Độ, Israel, Nhật Bản và Mỹ thì bố là "bạn cùng chơi" thông thường của con trẻ (Roopnarine, 1992). Thậm chí bố chơi với con trẻ khác hẳn mẹ trong các trò chơi vận động cơ thể, xô đẩy lộn xộn, trong khi mẹ dành nhiều thời gian để kể chuyện và trò chuyện với con trẻ, cho con trẻ xem đồ chơi và chơi các trò giống như pat-a-cake (Parke, 1990). Những khác biệt trong cách tương tác này vẫn còn ngay cả khi bố chăm sóc trẻ suốt ngày thay mẹ phải đi làm việc toàn thời gian xa nhà (Lamb & Oppenheim, 1989).

Qua cơ hội chơi với mẹ hoặc bố, trẻ con thường chọn chơi với bố nhiều hơn. Tuy nhiên, khi trẻ con khó chịu, thì nó thích chơi với mẹ hơn (Field, 1990). Vì thế, mặc dù hầu hết trẻ con quyến luyến với cả hai bố mẹ, nhưng mẹ và bố thường có vai trò khác nhau trong sự phát triển xã hội ban đầu của đứa trẻ.

Các hình thức quyến luyến

Nhờ vào Sinh học, hầu hết tất cả trẻ con hành xử theo cách gợi ra sự chăm sóc của người lớn, vì hành vi này, quyến luyến gần như luôn phát triển giữa trẻ con và người chăm sóc khi đứa trẻ khoảng 8 hoặc 9 tháng tuổi. Tuy nhiên, quyến luyến có thể diễn ra trong nhiều hình thức, và yếu tố môi trường giúp xác định tính chất quyến luyến giữa trẻ con và người chăm sóc. Mary Ainsworth (1978, 1993) tiên phong trong nghiên cứu mối quan hệ quyến luyến sử dụng một quá trình được gọi là Tình huống lạ. Bạn có thể thấy trong biểu đồ (bên dưới) rằng Tình huống lạ bao gồm một loạt tình tiết, mỗi tình tiết dài 3 phút. Mẹ và con trẻ bước vào một

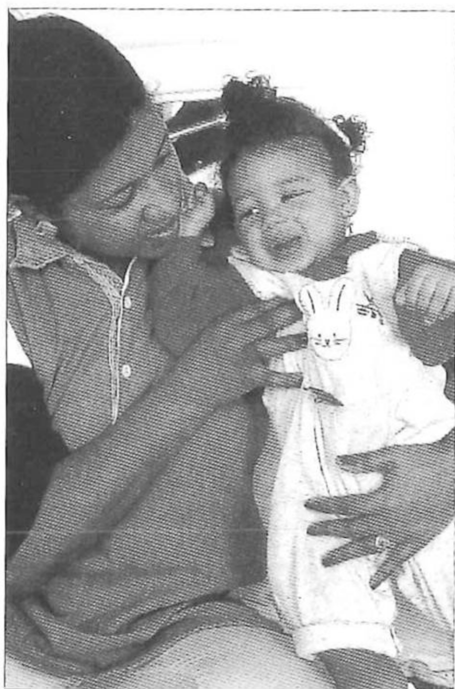
CHUỖI CÁC SỰ KIỆN TRONG TÌNH HUỐNG LẠ

1. Người quan sát chỉ phòng thí nghiệm cho mẹ con rồi ra khỏi phòng.
2. Đứa trẻ được phép tìm hiểu căn phòng trong 3 phút, mẹ cũng quan sát nhưng không tham gia.
3. Một người lạ bước vào phòng, không nói gì cả trong 1 phút, sau đó trò chuyện với đứa trẻ trong 1 phút rồi bước đến gần đứa trẻ. Mẹ lén bước ra khỏi phòng.
4. Người lạ không chơi với đứa trẻ nhưng cố dỗ nó nếu cần.
5. Sau 3 phút, mẹ trở vào, chào hỏi và vỗ về con trẻ.
6. Khi đứa trẻ tiếp tục chơi, mẹ bỏ đi lần nữa, lần bỏ đi này mẹ nói "bye-bye".
7. Người lạ cố làm cho đứa trẻ bình tĩnh và chơi cùng nó.
8. Sau 3 phút, mẹ trở vào, người lạ bước ra.

căn phòng lạ đầy ắp đồ chơi hấp dẫn. Mẹ ra khỏi phòng một thời gian ngắn sau đó cả hai mẹ con gặp lại nhau. Trong khi đó, người làm thí nghiệm quan sát đứa trẻ, ghi chép phản ứng của đứa trẻ khi xa mẹ và khi gặp lại.

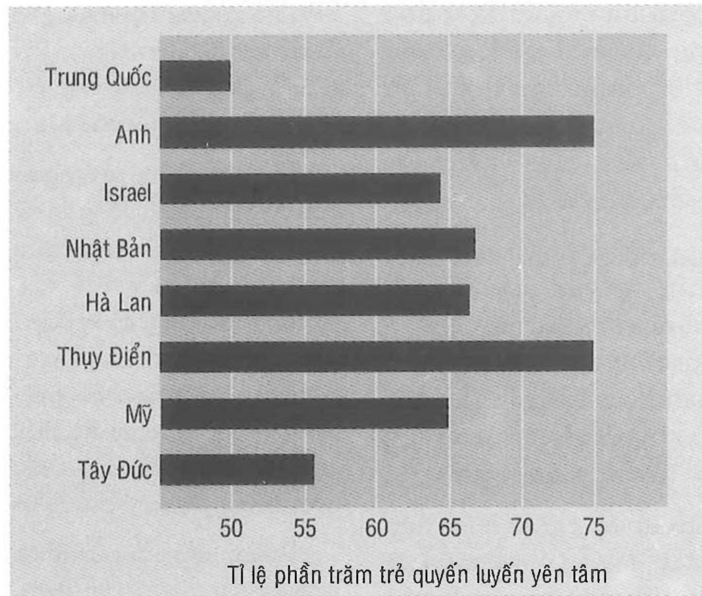
Dựa vào cách đứa trẻ phản ứng trước sự chia tay và đoàn tụ với mẹ, Ainsworth và các nhà nghiên cứu khác phát hiện 4 loại mối quan hệ quyến luyến chính (Ainsworth, 1993; Main & Cassidy, 1988). Một là quyến luyến yên tâm và ba loại quyến luyến không yên tâm khác (né tránh, chịu đựng, phá rối):

- Quyến luyến yên tâm: *Đứa trẻ có thể hoặc không thể khóc khi mẹ bỏ đi nhưng khi mẹ trở vào đứa trẻ muốn ở bên mẹ và nếu nó khóc thì mẹ không đi nữa.* Đứa trẻ trong nhóm này có vẻ như muốn nói, "con nhớ mẹ khủng khiếp, con rất vui khi thấy mẹ, nhưng lúc này mọi việc đã ổn, con sẽ tiếp tục chuyện con đang làm". Khoảng 60 – 65% trẻ em Mỹ có mối quan hệ quyến luyến yên tâm.



- Quyến luyến né tránh: *Đứa trẻ không khó chịu khi mẹ bỏ đi, khi mẹ trở vào có thể không để ý đến mẹ bằng cách nhìn hoặc ngoảnh đầu đi nơi khác.* Đứa trẻ quyến luyến né tránh dường như muốn nói, "mẹ lại bỏ con nữa rồi. Con phải tự lo thôi!" Khoảng 20% trẻ em Mỹ có mối quan hệ quyến luyến né tránh, vốn là một trong 3 hình thức quyến luyến không yên tâm.
- Quyến luyến chịu đựng: *Đứa trẻ khó chịu khi mẹ bỏ đi, và vẫn còn khó chịu hoặc thậm chí giận dữ khi mẹ trở lại, và rất khó dỗ.* Như đứa trẻ trong ảnh (bên trái dưới), những trẻ này dường như muốn nói, "tại sao mẹ làm thế? Con cần mẹ một cách tuyệt vọng nhưng mẹ cứ bỏ đi không nói một lời. Con rất giận khi mẹ bỏ đi như thế". Khoảng 10 – 15% trẻ em Mỹ có mối quan hệ quyến luyến chống đối này, vốn là một hình thức khác của quyến luyến không yên tâm.
- Quyến luyến phá rối (mất định hướng): *Đứa trẻ trông có vẻ bối rối khi mẹ bỏ đi, khi mẹ trở lại như thể không hiểu chuyện gì đang diễn ra.* Đứa trẻ thường hành xử theo cách mâu thuẫn, chẳng hạn như gần mẹ khi mẹ trở vào nhưng không nhìn mẹ như thể tự hỏi, "chuyện gì đang diễn ra? Con muốn mẹ ở đây nhưng mẹ bỏ đi, giờ mẹ trở lại. Con không hiểu chuyện gì đang xảy ra!" Khoảng 5 – 10% trẻ em Mỹ có mối quan hệ quyến luyến phá rối này, hình thức thứ ba trong 3 loại quyến luyến không yên tâm.

Các hình thức quyến luyến khác nhau trong phần Tình huống lạ cũng nổi bật khi đứa trẻ được nghiên cứu trong các tình huống tự nhiên hơn (Vaughn và người khác, 1992). Trong một tiếp cận, một nhà quan sát trước tiên quan sát đứa trẻ trong nhà của nó. Sau đó, nhà quan sát điểm qua danh sách gồm 90 mô tả hành vi của đứa



trẻ, chẳng hạn như "Nếu được mẹ ẵm trên tay, đứa trẻ sẽ nín và phục hồi nhanh chóng sau khi hoảng hốt hoặc khó chịu" và "đứa trẻ nhanh chóng chào mẹ bằng cách cười toe toét khi mẹ bước vào phòng". Nhà quan sát quyết định mọi phát biểu mô tả hành vi của đứa trẻ tốt đến mức nào, và những đánh giá này được sử dụng để biểu thị đặc điểm tính chất quyến luyến của đứa trẻ đối với mẹ ra sao (Posada và người khác, 1995).

Bất kể phương pháp sử dụng để đánh giá mối quan hệ quyến luyến, quyến luyến yên tâm và các hình thức khác nhau của quyến luyến không yên tâm được quan sát thấy trên khắp thế giới. Bạn nhìn thấy trong biểu đồ (bên trên), quyến luyến yên tâm là quyến luyến thường gặp nhất trên thế giới (van IJzendoorn & Kroonenberg, 1988). Thật may mắn vì quyến luyến yên tâm tạo ra cơ sở vững chắc cho sự phát triển xã hội tiếp theo sau.

Kết quả của tình cảm quyến luyến

Erikson và các lý thuyết gia khác (như Sroufe & Fleeson, 1986) cho rằng quyến luyến con – bố mẹ, mối quan hệ xã hội đầu tiên, đặt nền tảng cho tất cả các mối quan hệ xã hội sau này của đứa trẻ. Theo quan điểm này, đứa trẻ trải qua sự tin cậy và tình thương trong quyến luyến yên tâm phát triển ở đứa trẻ trước tuổi đến trường, tương tác thành công và tin cậy với bạn đồng tuổi. Trái lại, đứa trẻ không trải qua mối quan hệ đầu tiên mang lại sự hài lòng, thành công sẽ gặp nhiều rắc rối hơn trong tương tác xã hội.

Cả hai dự đoán này được nghiên cứu tán thành, như chứng cứ sau cho thấy:

- Ở đứa trẻ 11 tuổi, người bạn tốt nhất phải quan tâm cho nhau (chú ý lẫn nhau chứ không phải phá rối), ít phê phán hơn, và thường kết hợp với nhau nhiều hơn khi cả hai đứa trẻ quyến luyến yên tâm với mẹ nhiều hơn khi một đứa trẻ quyến luyến yên tâm nhưng đứa trẻ khác thì không (Kerns, Klepac, & Cole, 1996).
- Trẻ con trước tuổi đến trường có nhiều khả năng hành xử theo cách thù địch bất thường hơn nếu đứa trẻ có sự quyến luyến phá rối khi ở tuổi ẵm ngửa (Lyons-Ruth, Alpern, & Repacholi, 1993).

- Trong trại hè, đứa trẻ 11 tuổi có mối quan hệ quyến luyến yên tâm như đứa trẻ tương tác với bạn đồng tuổi khéo hơn. và có nhiều bạn thân hơn đứa trẻ 11 tuổi có mối quan hệ quyến luyến không yên tâm (Elicker, Englund, & Sroufe, 1992).

Kết luận trông có vẻ khá rõ: quyến luyến yên tâm làm nguyên mẫu cho sự tương tác xã hội thành công sau này. Nghĩa là quyến luyến yên tâm rõ ràng thúc đẩy sự tin cậy và tin tưởng người khác dẫn đến sự tương tác xã hội khéo léo hơn về sau này trong thời thơ ấu (Thompson, 1998).

Dĩ nhiên, quyến luyến chỉ là bước đầu trong nhiều bước dẫn đến sự phát triển xã hội. Đứa trẻ có tình cảm quyến luyến không yên tâm luôn bị nguyền rủa, nhưng bước sai lầm ban đầu này *có thể* cản trở sự phát triển xã hội của đứa trẻ. Do đó, chúng ta cần khảo sát điều kiện quyết định tính chất quyến luyến, vốn là chủ đề trong phần Tác động hiện hành.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: ĐIỀU GÌ QUYẾT ĐỊNH TÍNH CHẤT QUYẾN LUYẾN



Lời đáp cho câu hỏi này bắt đầu bằng tác động Sinh học. Nên nhớ rằng di sản thừa kế Sinh học của đứa trẻ bao gồm hành vi chẳng hạn như đeo bấm và mỉm cười, với mục đích gợi ra sự chăm sóc của người lớn. Cùng với vẻ ngoài của đứa trẻ, những hành vi như thế rõ ràng làm cho đứa trẻ lệ thuộc vào người khác, kích thích người lớn chăm sóc đứa trẻ.

Một khi đã chăm sóc, tính chất quyến luyến phản ánh tính chất tương tác giữa bố mẹ và con (De Wolff & van IJzendoorn, 1997). Quyến luyến yên tâm có khả năng xảy ra nhất khi bố mẹ đáp ứng con mình theo cách có thể dự đoán và thích hợp. Chẳng hạn, Fabio luôn nhận thấy con trai Sasha của mình mỉm cười hoặc trò chuyện. Khi Sasha khóc, ra điệu bộ, hoặc cố giao tiếp theo cách khác, thì Fabio cố tìm hiểu ý định của Sasha và cố đáp ứng thích hợp. Hành vi như hành vi của Fabio rõ ràng giúp đứa trẻ hiểu rằng tương tác xã hội là vừa ý và có thể dự đoán được (Pederson và người khác, 1998). Hiển nhiên, hành vi cũng giúp trẻ thấm nhuần sự tin cậy và tin tưởng vốn là đặc điểm dễ nhận của quyến luyến yên tâm.

Dĩ nhiên, không phải người chăm sóc nào cũng đáp ứng theo cách đáng tin và thích hợp đối với trẻ con. Một số đáp ứng nhát gừng hoặc chỉ đáp ứng sau khi nó khóc khản cổ. Khi những người chăm sóc này sau cùng cũng đáp ứng đôi khi họ bực mình trước đòi hỏi của đứa trẻ và có thể hiểu lầm dự định của nó. Qua thời gian, những đứa trẻ này thường xem mối quan hệ xã hội là không đáng tin cậy và thường thất vọng. Điều kiện như thế không nuôi dưỡng được gì cho sự tin cậy và tin tưởng.

Tại sao bố mẹ đáp ứng theo cách có thể dự đoán và quan tâm lại thúc đẩy mối quan hệ quyến luyến yên tâm? Để trả lời câu hỏi này, hãy nghĩ đến tình bạn và mối quan hệ yêu đương của chính bạn. Những mối quan hệ này thường được hài lòng nhất khi chúng ta nghĩ rằng chúng ta tin cậy người khác và lệ thuộc vào họ trong lúc cần. Công thức tương tự trông có vẻ cũng áp dụng được cho trẻ con. Trẻ con phát triển một mô hình làm việc nội tâm, một tập *hợp các kỳ vọng về khả năng đáp ứng và tính khả dụng của bố mẹ. Khi bố mẹ quan tâm và đáng* tin, trẻ tin cậy bố mẹ, hiểu rằng có thể dựa vào bố mẹ để tìm an ủi trong lúc căng thẳng. Nghĩa là, đứa trẻ phát triển một mô hình làm việc nội tâm trong đó nó nghĩ rằng bố mẹ quan tâm đến nhu cầu của mình và trẻ đáp ứng nhu cầu ấy (Bretherton, 1992, 1995).

Nhiều chứng cứ nghiên cứu xác nhận tầm quan trọng của tính nhạy cảm đối với tính chất quyến luyến ở người chăm sóc. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu được tiến hành ở Israel, trẻ con ít có khả năng phát triển quyến luyến yên tâm khi nó ngủ trong ký túc xá với các đứa trẻ khác dưới 12 tuổi, ở đây đứa trẻ nhận được sự chú ý không nhất quán (nếu có) khi nó khó chịu suốt đêm (Sagi và người khác, 1994). Trong một nghiên cứu tiến hành ở Hà Lan, trẻ con có nhiều khả năng hình thành quyến luyến yên tâm khi mẹ của nó trải qua 3 tháng huấn luyện nhấn mạnh việc giám sát cách biểu hiện ở con trẻ và đáp ứng thích hợp, kịp thời (van den Boom, 1994, 1995). Vì thế, quyến luyến yên tâm có nhiều khả năng xảy ra nhất khi bố mẹ nhạy cảm và đáp ứng.

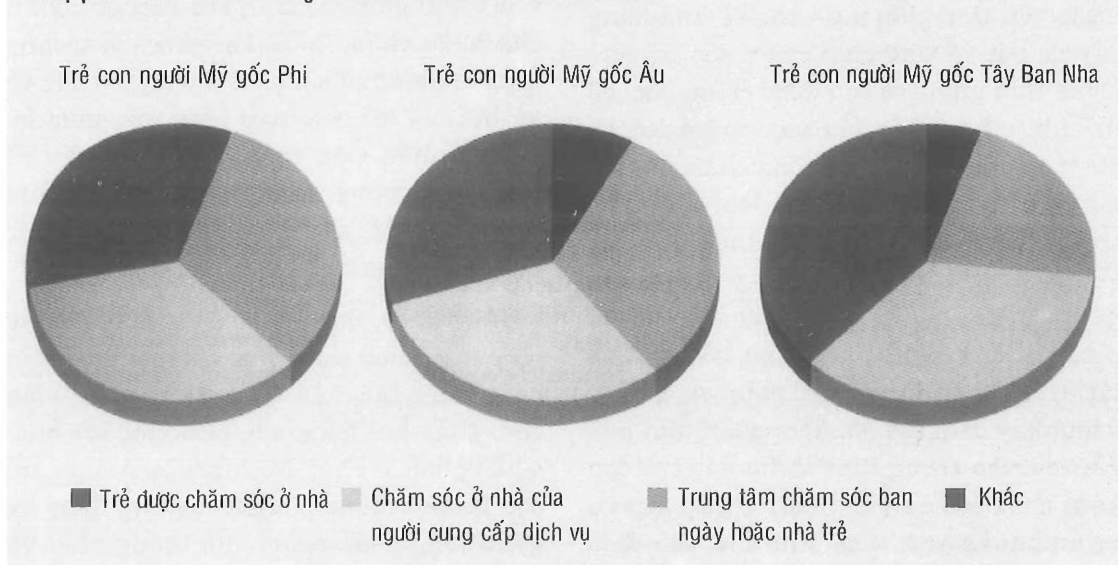
Yếu tố khác góp phần vào tính chất quyến luyến là tính khí. Trẻ con khó tính có phần nào kém khả năng hình thành mối quan hệ quyến luyến yên tâm hơn (Goldsmith & Harman, 1994; Seifer và người khác, 1996). Nghĩa là, đứa trẻ thường la om sòm, khó dỗ thì dễ có tình cảm quyến luyến không yên tâm hơn. Điều này đặc biệt có nhiều khả năng xảy ra hơn khi đứa trẻ khó tính, nhiều cảm xúc có mẹ tính tình cứng nhắc và theo truyền thống hơn các bà mẹ dễ tính và tiếp thu (Mangelsdorf và người khác, 1990). Các bà mẹ khó tính không điều chỉnh tốt trước đòi hỏi thường là thất thường của con khó tính của mình, thay vào đó, họ muốn con mình phải điều chỉnh để phù hợp với họ. Điều này có nghĩa là các bà mẹ khó tính, cứng nhắc thường ít chăm sóc quan tâm, nhạy cảm dẫn đến quyến luyến yên tâm hơn.

Sự hình thành tình cảm quyến luyến minh họa cho tác động kết hợp của các thành phần khác nhau trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Nhiều hành vi của đứa trẻ gợi sự chăm sóc ở người lớn – chẳng hạn mỉm cười và khóc – đều có nguồn gốc Sinh học. Khi người chăm sóc đáp ứng đòi hỏi của đứa trẻ (tác động văn hóa xã hội), thì sau đó quyến luyến yên tâm hình thành trong đó đứa trẻ tin cậy người chăm sóc và hiểu rằng có thể dựa vào trong những tình huống căng thẳng (tác động tâm lý).

QUYẾN LUYẾN, CÔNG VIỆC, VÀ CHĂM SÓC THAY THẾ

Mỗi ngày, khoảng 10 triệu trẻ em Mỹ 5 tuổi được người khác chăm sóc chứ không phải mẹ mình, một hiện tượng thường gặp ở các cặp vợ chồng cả hai đều đi làm và ở các gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ ở Mỹ trong thập niên 1990. Ai chăm sóc trẻ con Mỹ? Biểu đồ (bên dưới) đưa ra lời đáp và cho thấy các mẫu tương tự đối với trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con trước tuổi đến trường thuộc người Mỹ gốc Âu, người Mỹ gốc Phi và người Mỹ gốc Tây Ban Nha (Cục thống kê Mỹ, 1995). Khoảng 1/3 số trẻ con được chăm sóc tại nhà, thường được bố hoặc ông bà chăm sóc. 1/3 số trẻ con khác được chăm sóc tại nhà của người cung cấp dịch vụ chăm sóc. Nhà cung cấp thường không phải là người thân. Sau cùng, 1/3 số trẻ con khác tham gia các chương trình chăm sóc ban ngày hoặc nhà trẻ.

Nhiều phụ huynh, nhất là phụ nữ theo truyền thống là người chăm sóc chính, lo ngại về con cái của mình khi mình dành quá nhiều thời gian chăm sóc người khác. Bố mẹ có nên lo lắng hay không? Sự chăm sóc này



? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy tưởng tượng rằng bạn thân của bạn là bà mẹ có đứa con 3 tháng tuổi. Người bạn ấy sắp trở về công việc nhân viên xã hội nhưng ngại rằng sẽ làm hại con mình khi đi làm trở lại. Bạn nói gì để cô ấy yên tâm?

có phá vỡ sự phát triển mối quan hệ bố mẹ – con có hay không? Câu trả lời tốt nhất cho những câu hỏi này phát xuất từ một nghiên cứu toàn diện về chăm sóc trẻ con ban đầu do Viện chăm sóc sức khỏe trẻ con và phát triển con người tiến hành. Năm 1991, nhóm nghiên cứu tuyển mộ 1.364 bà mẹ và con mới sinh của họ ở 12 thành phố khác nhau ở Mỹ. Cả mẹ lẫn con đều được kiểm tra lặp đi lặp lại (và kiểm tra vẫn tiếp diễn khi nghiên cứu đang tiến hành).

Một trong những báo cáo đầu tiên từ dự án này về tác động của chăm sóc trẻ con ban đầu đối với sự quyến luyến của trẻ con 15 tháng tuổi với mẹ (NICHD Early Child Care Research Network, 1997). Kết quả không cho thấy tác động chung của chăm sóc trẻ con trong quyến luyến mẹ – con cái, được đánh giá bằng Tình huống lạ. Quyến luyến yên tâm giữa mẹ – con có khả năng xảy ra, bất kể tính chất chăm sóc trẻ con, lượng thời gian trẻ con được chăm sóc, độ tuổi khi trẻ con bắt đầu được chăm sóc, bố mẹ thay đổi sự sắp xếp trong chăm sóc trẻ con thường xuyên ra sao, và loại chăm sóc trẻ con (như trung tâm chăm sóc trẻ con, ở nhà chung với người lạ). Tuy nhiên, khi xem xét ảnh hưởng của chăm sóc trẻ con cùng với đặc điểm của các bà mẹ, một xu hướng quan trọng nổi bật: khi các bà mẹ kém nhạy cảm hơn và kém quan tâm hơn gởi con vào trung tâm chăm sóc trẻ con kém chất lượng thì thường gặp quyến luyến không yên tâm. Như các nhà điều tra nhận xét, "... chất lượng kém, không ổn định hoặc nhiều hơn số lượng chăm sóc trẻ con [bên ngoài] tối thiểu rõ ràng làm tăng thêm rủi ro vốn có ở các bà mẹ thờ ơ, đến mức tác động kết hợp tệ hại hơn tác động của tính nhạy cảm và sự đáp ứng kém của mẹ".

Dĩ nhiên, tác động của chăm sóc ban ngày không hạn chế sự quyến luyến, cũng như các khía cạnh trong sự phát triển của trẻ con. Báo cáo thứ hai từ dự án này khảo sát liên kết giữa chăm sóc trẻ con ban đầu và rối loạn hành vi ở trẻ con 2, 3 tuổi (NICHD Early Child Care Research Network, 1998). Những kết quả này cho thấy trẻ con có kinh nghiệm mở rộng trong chăm sóc trẻ con bắt đầu vào bất kỳ độ tuổi nào không có khả năng bị rối loạn hành vi nhiều hơn số trẻ có kinh nghiệm hạn chế trong chăm sóc trẻ. Ở đây, tính chất chăm sóc là một yếu tố – trẻ con nhận được chăm sóc trẻ con chất lượng kém có nhiều khả năng bị rối loạn hành vi hơn một ít.

Nói chung, bố mẹ làm việc như Kendra, bà mẹ trong phần minh họa, có thể đăng ký con mình ở tuổi ẫm ngửa và trước tuổi đến trường tham gia chương trình chăm sóc ban ngày chất lượng cao không phải lo ngại hậu quả đáng tiếc. Một số yếu tố cần nghĩ đến trong một chương trình hạng nhất bao gồm (a) tỉ lệ trẻ con có người chăm sóc thấp, (b) nhân viên qua trường lớp, (c) nhiều cơ hội kích thích giáo dục và xã hội, và (d) giao tiếp hiệu quả giữa bố mẹ và nhân viên chăm sóc ban ngày về mục đích chung và chức năng hoạt động thông thường của chương trình chăm sóc ban ngày (Rosenthal & Vandell, 1996).

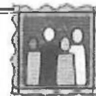
May thay, người tuyển dụng cũng bắt đầu dự phần, nhận thấy rằng chăm sóc trẻ con chất lượng cao, tiện lợi làm cho nhân viên cảm thấy hài lòng hơn, làm việc tốt hơn. Chẳng hạn, ở Flint, Michigan, chăm sóc trẻ con là một thành phần trong hợp đồng ký giữa Công nhân ngành ôtô thống nhất và



General Motors. Nhiều thành phố chẳng hạn như Pittsburgh, bổ sung mã vùng của mình sao cho các khu phức hợp mua sắm và cao ốc văn phòng mới phải có nơi chăm sóc trẻ con giống như ảnh (bên trên). Các doanh nghiệp nhận thấy rằng tính khả dụng của chăm sóc trẻ con xuất sắc giúp thu hút và giữ chân lực lượng lao động có tay nghề. Thị trưởng Sophie Masloff, khi Pittsburgh xem lại mã vùng, phát biểu, "phụ nữ trong lực lượng lao động nhiều hơn trước kia, chúng ta hiểu rằng [cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ con thích hợp cho công nhân] là điều cần thiết".

Bằng nỗ lực, sắp xếp, và sự hỗ trợ của cộng đồng và doanh nghiệp, việc làm toàn thời gian và chăm sóc chất lượng cao có thể tương thích. Chúng ta sẽ trở lại vấn đề này trong chương 11, từ quan điểm của bố mẹ. Bây giờ, phần Người thật việc thật đưa ra minh họa một ông bố ở nhà trông con trong khi vợ đi làm cả ngày.

` GƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: LOIS, BILL, VÀ SARAH



Lois 46 tuổi và Bill 61 tuổi lấy nhau gần 4 năm, Lois mới sinh bé Sarah. Lois là cô giáo nhà trẻ trở lại làm việc cả ngày sau khi sinh Sarah được 4 tháng. Bill đang học lấy bằng tiến sĩ giáo dục, trở thành người chồng ở nhà suốt ngày. Ban ngày Bill nấu cơm và chăm sóc bé Sarah. Trưa Lois mới về nhà, cả nhà cùng ăn trưa, rồi đi làm tiếp đến 4 giờ chiều. Mỗi tuần 1 lần, Bill ẵm Sarah tham gia chương trình trò chơi bố – con. Các ông bố bà mẹ khác, tất cả bà mẹ ở độ tuổi 20 hoặc 30, lúc đầu cho rằng Bill là ông của Sarah và khó chịu khi gọi Bill là bố già. Tuy nhiên, ít lâu sau, Bill là một thành viên được kính trọng trong nhóm. Vào ngày cuối tuần các con đã trưởng thành của Lois và Bill trong các cuộc hôn nhân trước đến thăm, rất thích chăm sóc và chơi với bé Sarah. Bé trông rất khỏe mạnh, hạnh phúc, thân mật dù có 9 tháng tuổi. Sự sắp xếp này không theo truyền thống? Chắc chắn. Sự sắp xếp này khó hiệu quả đối với Sarah, Lois, và Bill hay không? Chắc chắn có. Sarah nhận được sự chăm sóc nuôi dưỡng mà mình cần, nên Lois đi làm rất an tâm khi Sarah có người chăm sóc trong khi Bill rất hạnh phúc khi mình là người chăm sóc chính.

TỰ KIỂM TRA

1. ________ cho rằng yếu tố trưởng thành và xã hội kết hợp tạo ra 8 thử thách đặc biệt đối với sự phát triển tâm lý xã hội trong cuộc đời.
2. Trẻ con ở tuổi ẵm ngửa phải cân đối sự tin cậy và hoài nghi để đạt được ________, thái độ cởi mở với kinh nghiệm mới kết hợp với nhận biết nguy hiểm có thể.
3. Vào khoảng ________ tháng tuổi, hầu hết trẻ con nhận biết một cá nhân đặc biệt – thường không phải lúc nào cũng là mẹ – như nhân vật quyến luyến.

4. Joan, 12 tháng tuổi được tách rời khỏi mẹ khoảng 15 phút. Khi mẹ con gặp mặt Joan không muốn mẹ ẵm mình. Khi mẹ đến gần, Joan nhìn nơi khác hoặc chập chững bước đi chỗ khác. Hành vi này cho thấy Joan có mối quan hệ quyến luyến _______.
5. Yếu tố quan trọng nhất duy nhất trong nuôi dưỡng một mối quan hệ quyến luyến yên tâm là _______.
6. Tim và Douglas, cả hai đều 3 tuổi, hiếm khi cãi nhau, khi cả hai bất đồng, đứa này nghe theo ý kiến đứa trẻ kia. Tỉ lệ tốt khi cả hai đứa trẻ có mối quan hệ quyến luyến _______ với bố mẹ.
7. Quyến luyến không yên tâm có khả năng xảy ra khi đứa trẻ nhận được sự chăm sóc trẻ con chất lượng kém và _______.
8. Hầu hết nghiên cứu về quyến luyến dựa vào Tình huống lạ của Ainsworth. Một số đặc điểm của phương pháp này là gì? Một số vấn đề tiềm năng là gì?

Trả lời: (1) Erik Erikson, (2) hy vọng, (3) 6 hoặc 7, (4) không yên tâm né tránh, (5) đáp ứng nhất quán và thích hợp, (6) yên tâm, (7) bà mẹ không quan tâm, không nhạy cảm.

PHÁT TRIỂN CẢM XÚC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ con bắt đầu thể hiện cảm xúc cơ bản ở độ tuổi nào?**
- **Cảm xúc phức tạp là gì, phát triển khi nào?**
- **Khi nào trẻ con bắt đầu hiểu được cảm xúc của người khác? Trẻ con sử dụng thông tin này ra sao để định hướng hành vi của mình?**

Phát triển cảm xúc

Cảm xúc cơ bản

Cảm xúc phức tạp

Nhận biết và sử dụng cảm xúc của người khác

*N*ICOLE *rất vui khi cuối cùng cũng đến thăm được đứa cháu trai 7 tháng tuổi Claude. Cô chạy xộc vào nhà, thấy Claude ngồi dưới sàn chơi ô ghép hình, cô lao vào ôm chặt cậu bé, nhấc lên cao. Một lúc sau, với ánh mắt lúng túng, Claude òa khóc với vẻ giận dữ, quơ tay múa chân như thể muốn nói với Nicole rằng, "Cô là ai? Cô muốn gì? Hãy bỏ con xuống ngay". Nicole trả Claude cho mẹ cậu, mẹ cậu đang ngạc nhiên khi thấy thái độ giận dữ của con và thậm chí còn ngạc nhiên hơn nữa khi cậu bé vẫn khóc nức nở trong vòng tay của mẹ.*

Vui mừng ban đầu của Nicole, giận dữ của Claude và sự ngạc nhiên của mẹ cậu minh họa ba cảm xúc thông thường của con người. Những cảm xúc này cùng với hân hoan, mãn nguyện, tội lỗi, và khiêm





nhường, chỉ là một vài cảm xúc giúp cho cuộc sống thêm ý nghĩa.

Trong phần này, chúng ta tìm hiểu khi nào trẻ con biểu hiện cảm xúc đầu tiên, sau đó tìm hiểu bằng cách nào đứa trẻ biết được cảm xúc của người khác.

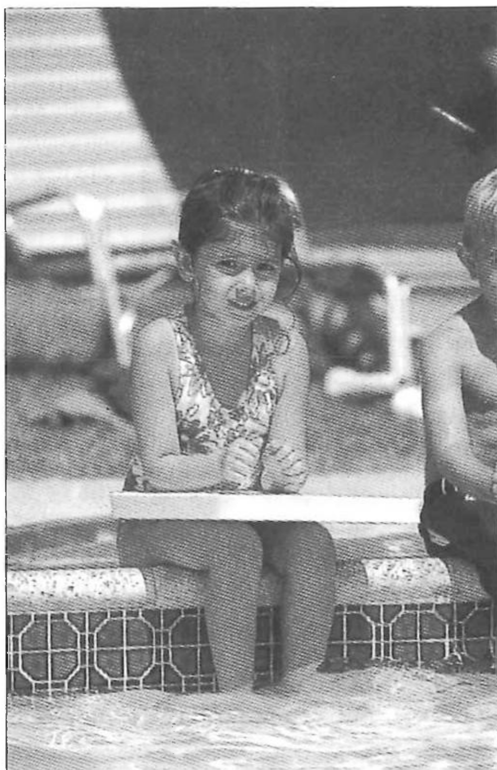
CẢM XÚC CƠ BẢN

Vui, giận và ngạc nhiên cùng với sợ, ghê tởm và buồn rầu được xem là cảm xúc cơ bản *vì con người trên khắp thế giới đều có và vì mỗi cảm xúc bao gồm 3 yếu tố: suy nghĩ chủ quan, thay đổi sinh lý và hành vi công khai* (Izard, 1991). Chẳng hạn, giả sử bạn thức giấc vì tiếng sấm sau đó nhận thấy rằng người bạn cùng phòng đã cầm ô đến lớp. Theo chủ quan, bạn sẵn sàng giận dữ, về mặt sinh lý, tim bạn đập nhanh hơn, về mặt hành vi, bạn đang cáu kỉnh.

Cảm xúc cơ bản xuất hiện ở chúng ta từ vài tháng đầu đời. Để tự tìm hiểu, bạn hãy nhìn ảnh (bên trên) của số đứa trẻ này. Đứa trẻ nào giận dữ? Đứa trẻ nào buồn? Đứa trẻ nào vui? Sự thể hiện trên nét mặt cũng cho thấy rằng có lẽ bạn đoán theo thứ tự, các đứa trẻ trong ảnh buồn, vui và giận. Nhưng những sự thể hiện trên nét mặt dễ phân biệt này có nghĩa là những đứa trẻ thực sự trải qua những cảm xúc này hay không? Không hẳn. Hãy nhớ rằng sự thể hiện trên nét mặt chỉ là một thành phần duy nhất của cảm xúc – sự biểu hiện hành vi. Cảm xúc cũng bao gồm các phản ứng sinh lý và suy nghĩ chủ quan. Dĩ nhiên, trẻ con không thể diễn đạt suy nghĩ của mình bằng lời, vì thế chúng ta không biết nhiều về cảm giác chủ quan của trẻ con. Chúng ta dựa trên cơ sở thành phần sinh lý vốn chắc chắn hơn. Ít nhất một số phản ứng sinh lý đi kèm với sự thể hiện trên nét mặt ở trẻ con và người lớn đều như nhau. Chẳng hạn, khi trẻ con và người lớn mỉm cười – ngụ ý rằng cả hai đang vui – thì vỏ não trước trái của não thường có hoạt động điện nhiều hơn vỏ não trước phải (Fox và người khác, 1991).

Nhiều nhà khoa học sử dụng chứng cứ này và chứng cứ tương tự để lập luận rằng sự thể hiện trên nét mặt là gợi ý đáng tin đối với trạng thái cảm xúc của trẻ con. Chẳng hạn, nghiên cứu cũng chứng minh rằng trẻ con và người lớn trên khắp thế giới diễn đạt cảm xúc cơ bản giống hệt nhau (Izard, 1991). Đứa trẻ trong ảnh (trang 210) thể hiện dấu hiệu sợ thường gặp. Mắt mở to, nhướng cao chân mày, miệng thả lỏng nhưng hơi mở. Tính phổ biến của sự thể hiện cảm xúc cho thấy con người được lập trình về mặt Sinh học để diễn đạt cảm xúc của mình theo cách cụ thể, hoàn toàn trong gien của chúng ta phải mỉm cười khi vui và cau mày khi bực mình.

Một chứng cứ khác liên kết sự thể hiện trên nét mặt của trẻ con với cảm xúc là khoảng 5 – 6 tháng tuổi, sự thể hiện trên nét mặt của trẻ con thay đổi theo cách có thể dự đoán và có ý nghĩa khi phản ứng trước sự kiện. Khi một bà mẹ vui chào con mình thì đứa trẻ sẽ mỉm cười đáp lại, khi bà mẹ



mệt, quẫn trí sẽ ẵm con rất mạnh tay, đứa trẻ có lẽ sẽ cau mày. Những chứng cứ này cho thấy vào khoảng 6 tháng tuổi (có thể sớm hơn), sự thể hiện trên nét mặt là dấu hiệu chỉ báo trạng thái cảm xúc của trẻ con khá đáng tin (Weinberg & Tronick, 1994).

Nếu sự thể hiện trên nét mặt là cửa sổ nhìn vào cảm xúc của trẻ con, thì chúng cho chúng ta biết gì về các giai đoạn phát triển cảm xúc ban đầu? Chúng ta hãy bắt đầu bằng hạnh phúc. Trong vài tuần đầu sau khi sinh, đứa trẻ bắt đầu mỉm cười nhưng điều này có vẻ liên quan với trạng thái sinh lý bên trong. Đứa trẻ mỉm cười sau khi bú hoặc trong lúc ngủ chẳng hạn. *Khoảng 2 tháng tuổi,* mỉm cười xã hội *xuất hiện: đứa trẻ mỉm cười khi nhìn thấy khuôn mặt người khác.* Đôi khi mỉm cười xã hội đi kèm với tiếng thì thầm, hình thức phát âm đầu tiên được mô tả trong chương 4 (Sroufe & Waters, 1976). Mỉm cười và thì thầm trông có vẻ là cách thể hiện sự thích thú của trẻ con khi thấy người khác.

Khi 4 tuổi, mỉm cười đi kèm với cười to tiếng, thường xảy ra khi đứa trẻ gặp một kích thích mạnh trên cơ thể (Sroufe & Wunsch, 1972). Cù đứa trẻ 4 tuổi hoặc đặt nó lên gối nhún nhún là cách làm đứa trẻ cười to tiếng. Gần thôi nôi, trẻ con thường cười to tiếng khi các sự kiện quen thuộc cần sự thay đổi mới lạ. Chẳng hạn, trẻ con 1 tuổi sẽ cười to tiếng khi người mẹ giả vờ uống bình sữa hoặc bố quấn tã quanh thắt lưng. Cười to tiếng lúc này là phản ứng với kích thích tâm lý cũng như kích thích cơ thể.

Các giai đoạn cảm xúc tích cực ban đầu như vui khá rõ: cảm giác vui của trẻ trước tiên chủ yếu liên kết với các trạng thái cơ thể chẳng hạn cảm giác no sau bữa ăn hoặc bị cù. Sau này, cảm giác vui liên kết với sự thích thú khi nhận biết người quen, và sau này được liên kết với các trạng thái tâm lý chẳng hạn sự thích thú khi nhìn thấy người khác hoặc một sự kiện bất thường.

Chúng ta không biết nhiều về sự phát triển cảm xúc tiêu cực chẳng hạn giận, sợ và buồn. Chắc chắn, trẻ sơ sinh bày tỏ cảm xúc khó chịu nhưng tiêu cực đặc trưng vốn khó phát hiện ở độ tuổi này. Giận dữ xuất hiện dần dần với sự thể hiện rõ nét ở trẻ từ con 4 – 6 tháng tuổi. Đứa trẻ giận dữ, chẳng hạn, nếu lấy đi thức ăn hoặc đồ chơi mà nó ưa thích (Stenberg & Campos, 1990). Phản ánh hiểu biết hành vi định hướng mục tiêu đang phát triển của trẻ con, nó cũng giận dữ khi thất vọng vì trở ngại ngăn nó không đến được mục tiêu. Chẳng hạn, nếu bố mẹ ngăn không cho con trẻ lấy đồ chơi, chắc chắn nó rất tức giận.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Khả năng bày tỏ cảm xúc của trẻ con liên quan với sự hình thành tình cảm quyến luyến như thế nào? Với đặc điểm tính tình được mô tả ở trang 88-90 ra sao?

Như giận dữ, sợ hãi trông có vẻ hiếm gặp ở trẻ sơ sinh và trẻ con còn nhỏ. *Dấu hiệu sợ hãi dễ thấy đầu tiên xuất hiện ở trẻ con 6 tháng tuổi, nó trở nên thận trọng khi có mặt của người lớn xa lạ, được gọi là* sợ người lạ. Khi người lạ đến gần thì đứa trẻ 6 tháng tuổi thường nhìn chỗ khác và bắt đầu lúng túng (Mangelsdorf, Shapiro, & Marzolf, 1995). Đứa trẻ trong ảnh (bên dưới) cho thấy dấu hiệu sợ người lạ. Bà đang nhấc bổng đứa trẻ nhưng không cho nó chạm vào người, kết quả ở đây có thể dự đoán giống như Claude, bé trai trong minh họa bị người cô làm cho hốt hoảng: bé khóc, trông có vẻ hoảng hốt, hai tay duỗi thẳng hướng về người quen.

Đứa trẻ có cảm giác sợ khi có người lạ xung quanh như thế nào tùy thuộc vào nhiều yếu tố (Thompson & Limber, 1991). Trước tiên, đứa trẻ thường ít sợ người lạ hơn khi môi trường quen thuộc, và sợ nhiều hơn khi môi trường xa lạ. Nhiều bố mẹ biết được điều này qua việc đi chơi cùng con trẻ: bước vào nhà một người bạn lần đầu tiên, đứa trẻ cứ bám sát lấy mẹ. Lần thứ hai, lượng sợ tùy vào hành vi của người lạ. Thay vì chạy nhanh đến chào hỏi hoặc ẵm nó lên, như Nicole đã làm trong minh họa, người lạ nên trò chuyện với người lớn khác, trong khi đó lấy đồ chơi đưa cho trẻ con (Mangelsdorf, 1992). Bằng cách này, nhiều đứa trẻ có cảm giác tò mò về người lạ hơn là sợ.



Sợ người lạ mang tính thích nghi vì sợ xuất hiện cùng lúc đứa trẻ bắt đầu bò rành (được mô tả trong Chương 3). Như *George Hiếu kỳ*, chú khỉ trong bộ sách thiếu nhi nổi tiếng, đứa trẻ rất muốn tìm hiểu và muốn sử dụng kỹ năng vận động mới của mình để tìm hiểu thế giới. Sợ người lạ tạo ra sự kiềm chế tự nhiên chống lại khuynh hướng đi thơ thẩn cách xa người chăm sóc quen thuộc (Thompson & Limber, 1990).

Sợ người lạ giảm dần khi đứa trẻ tập quen cách hiểu sự thể hiện trên nét mặt biểu thị người lạ thân thiện và không thù địch, nhưng sau đó nỗi sợ khác xuất hiện. Nhiều đứa trẻ trước tuổi đến trường sợ bóng tối và sinh vật tưởng tượng. Những nỗi sợ này thường biến mất trong những năm tiểu học khi đứa trẻ phát triển nhận thức và hiểu rõ hơn sự khác nhau giữa vẻ ngoài và thực tế (Wicks-Nelson & Israel, 1991). Sợ các đồ vật hoặc sự kiện cụ thể chẳng hạn rắn hoặc bão, thường phát sinh trong thời thơ ấu. Nỗi sợ như thế được xem là bình thường vì chúng cực đoan đến mức đứa trẻ bị chúng áp đảo (Rutter & Garmezy, 1983). Chẳng hạn, sợ nhện ở một bé gái 4 tuổi không phải bất thường trừ phi cô bé sợ đến mức nhất định không chịu ra khỏi nhà.

CẢM XÚC PHỨC TẠP

Cảm xúc cơ bản xuất hiện vào đầu tuổi ẵm ngửa, nhưng cảm xúc phức tạp chẳng hạn như cảm giác tội lỗi, bối rối và tự hào cho đến 18 – 24 tháng mới xuất hiện (Lewis, 1992). *Không như cảm xúc cơ bản,* cảm xúc phức tạp *có thành phần tự đánh giá.* Chẳng hạn, một đứa trẻ 2 tuổi đổ nước ép trái cây ra khắp sàn nhà có thể hổ thẹn, một đứa trẻ 2 tuổi khác lần đầu tiên một mình giải

xong một câu đố khó sẽ mỉm cười theo cách tự hào. Trái với cảm xúc cơ bản, cảm xúc phức tạp không nhất thiết được trải qua giống hệt nhau trong các nền văn hóa khác nhau và không phải lúc nào cũng đi kèm với các trạng thái sinh lý dễ thấy.

Cảm xúc phức tạp tùy vào đứa trẻ có một số hiểu biết về bản thân, thường xuất hiện từ 15 – 18 tháng tuổi (xem Chương 4). Trẻ con cảm thấy có lỗi hoặc bối rối chẳng hạn khi đã làm một điều gì đó mà mình biết rõ không nên làm: đứa trẻ làm hỏng đồ chơi sẽ nghĩ rằng "mẹ bảo con nên cẩn thận. Nhưng con không nghe lời!" Tương tự, đứa trẻ cảm thấy tự hào khi làm được điều gì đó mang tính thử thách: một bé gái lần đầu tiên chụp được quả bóng sẽ nghĩ rằng "đây là chuyện khó nhưng mình làm được, làm một mình!" Đối với trẻ con trải qua cảm xúc phức tạp thì nó cần tiến bộ hơn về mặt nhận thức, điều này giải thích tại sao cảm xúc phức tạp không xuất hiện cho đến cuối tuổi ẵm ngửa (Lewis và người khác, 1992).

Cảm xúc phức tạp cũng tùy vào bối cảnh văn hóa. Tình huống gợi ra sự tự hào trong một nền văn hóa này có thể gợi ra sự lúng túng hoặc hỗ thẹn trong một nền văn hóa khác (Zahn-Waxler và người khác, 1996). Chẳng hạn, trẻ con Mỹ thường tự hào với thành tích cá nhân chẳng hạn đạt điểm cao nhất trong kỳ tìm hiểu hoặc như trong ảnh (bên trên), giành hạng nhất trong kỳ tìm hiểu. Trái lại, trẻ con châu Á lúng túng khi trưng bày thành tích



cá nhân cho người khác thấy nhưng rất tự hào khi cả lớp được thưởng vì thành tích chung (Stevenson & Stigler, 1992). Vì thế, điều kiện khởi sự cảm xúc phức tạp chẳng hạn tự hào, đố kỵ và hỗ thẹn tùy thuộc vào văn hóa, trẻ con phải tìm hiểu khi nào những cảm xúc này thích hợp.

Tóm lại, cảm xúc phức tạp như có lỗi và tự hào đòi hỏi hiểu biết tinh vi hơn và mang tính đặc trưng văn hóa nhiều hơn cảm xúc cơ bản như vui và sợ, vốn dựa vào sinh học nhiều hơn và mang tính phổ biến trong các nền văn hóa. Tuy nhiên, khi lên 2 tuổi đứa trẻ biểu lộ cả cảm xúc cơ bản lẫn phức tạp. Dĩ nhiên, bày tỏ cảm xúc chỉ là một phần trong câu chuyện phát triển. Trẻ con cũng phải học cách nhận biết cảm xúc của người khác, là chủ đề kế tiếp.

NHẬN BIẾT VÀ SỬ DỤNG CẢM XÚC CỦA NGƯỜI KHÁC

Hãy tưởng tượng rằng bạn đang túng (dĩ nhiên chỉ tạm thời) và tính mượn cô bạn cùng phòng 20USD. Ngay sau đó, cô bạn ấy chạy xộc vào phòng bạn, đóng mạnh cửa cái, vứt ba lô của cô ta xuống sàn. Ngay lập tức, bạn thay đổi kế hoạch nghĩ rằng lúc này khó hỏi mượn tiền cô bạn này. Minh họa này nhắc chúng ta rằng chúng ta cần phải nhận biết cảm xúc của người khác và đôi khi thay đổi hành vi của chính mình.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy giải thích các tác động khác nhau trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội góp phần cho sự phát triển cảm xúc cơ bản và phức tạp như thế nào?



Trẻ con lần đầu tiên nhận biết cảm xúc ở người khác khi nào? Lúc 6 tháng, đứa trẻ bắt đầu phân biệt sự thể hiện trên nét mặt kết hợp với cảm xúc khác nhau.

Một đứa trẻ 6 tháng tuổi chẳng hạn có thể phân biệt đặc điểm của một khuôn mặt vui, đang mỉm cười với đặc điểm của một khuôn mặt buồn, cau có (Ludemann & Nelson, 1988; Ludemann, 1991). Nói đúng ra, những nghiên cứu này chỉ cho chúng ta biết rằng đứa trẻ có thể phân biệt sự thể hiện trên nét mặt, chứ không phải bản thân cảm xúc. Tuy nhiên, nghiên cứu khác biểu thị rằng thật ra đứa trẻ bắt đầu tự mình nhận biết cảm xúc. Chứng cứ rõ nhất là đứa trẻ thường kết hợp cảm xúc của chính mình với cảm xúc của người khác. Khi mẹ vui mỉm cười và nói chuyện bằng giọng vui vẻ thì đứa trẻ lộ vẻ rất vui. Khi mẹ giận hoặc buồn, đứa trẻ cũng buồn theo (Izard và người khác, 1995).

Cũng giống người lớn trẻ con sử dụng cảm xúc của người khác để định hướng hành vi của mình (Mumme, Fernald, & Herrera, 1996; Repacholi, 1998). *Trẻ con trong một môi trường xa lạ hoặc vừa thương vừa ghét thường quan sát mẹ hoặc bố mình như thể tìm kiếm gợi ý để giúp nó hiểu tình huống, một hiện tượng được gọi là* tham khảo xã hội. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu của Hirshberg và Svejda (1990), đứa trẻ 12 tháng tuổi được cho xem đồ chơi mới phát ra âm thanh, như cá sấu thú nhồi bông biết huýt sáo. Đối với một số đồ chơi, bố mẹ trông có vẻ vui, đối với một số đồ chơi khác, bố mẹ trông có vẻ sợ. Khi nào bố mẹ trông có vẻ sợ thì trẻ cũng thế, xem hình vẽ (bên trên), đứa trẻ có vẻ như khó chịu và tránh xa đồ chơi. Vì thế, tham khảo xã hội chứng tỏ rằng đứa trẻ dựa vào cảm xúc của bố mẹ để giúp đứa trẻ điều tiết hành vi của chính mình.

Khi kỹ năng nhận thức của trẻ con tiếp tục phát triển trong thời thơ ấu, trẻ con thành thạo hơn trong việc nhận biết cảm xúc của người khác và thành thạo hơn trong việc sửa đổi hành vi của mình cho phù hợp (Boone & Cunningham, 1998; Dunn và người khác, 1995). Trẻ con hiểu rằng đôi lúc mình nên giấu cảm xúc của mình (Jones, Abbey, & Cumberland, 1998). Trẻ con bắt đầu hiểu tại sao người ta có cảm giác như thế và cảm xúc ảnh hưởng đến hành vi của con người ra sao. Trẻ con trước tuổi đến trường, chẳng hạn, hiểu rằng nó giận dữ rất có khả năng gây tổn thương cho người khác hơn là nó đang vui (Russell & Paris, 1994).

TỰ KIỂM TRA

1. Hình thức có thể phát hiện đầu tiên của sợ hãi là _______, xuất hiện vào khoảng 6 tháng tuổi.
2. Cảm xúc phức tạp chẳng hạn như tội lỗi và hổ thẹn, xuất hiện muộn hơn cảm xúc cơ bản vì _______.

3. Trong tham khảo xã hội, trẻ con sử dụng sự thể hiện trên nét mặt của bố mẹ ______.

4. Sự xuất hiện cảm xúc phức tạp ở 18 – 24 tháng tuổi phù hợp với giải thích phát triển nhận thức của Piaget trong độ tuổi này, được chúng ta mô tả trong chương 4, như thế nào?

Trả lời: (1) sợ người lạ, (2) cảm xúc phức tạp đòi hỏi kỹ năng nhận thức tiến bộ hơn, (3) để định hướng hành vi của chính mình (như quyết định xem một tình huống xa lạ là có an toàn hoặc đe dọa hay không)

TƯƠNG TÁC VỚI NGƯỜI KHÁC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Khi nào đứa trẻ bắt đầu chơi với đứa trẻ khác? Việc chơi thay đổi trong tuổi ẵm ngửa và những năm trước tuổi đến trường ra sao?**
- **Điều gì xác định đứa trẻ trước tuổi đến trường cộng tác với đứa trẻ khác?**
- **Điều gì xác định trẻ con giúp đỡ lẫn nhau? Kinh nghiệm nào giúp trẻ con có khuynh hướng giúp đỡ?**

Tương tác với người khác

Niềm vui khi chơi đùa

Học cách hợp tác

Giúp đỡ người khác

JUAN 6 tuổi ngón tay bị kẹt trong đầu máy video khi bé lấy băng ra. Trong khi khóc thét lên, đứa em trai 3 tuổi Antonio, và đứa em gái 2 tuổi Carla chỉ biết ngó không giúp được gì cả. Sau này, khi mẹ dỗ Juan và kết luận rằng ngón tay không sao, nhưng bà lo về phản ứng của các con. Khi nhìn thấy sự đau đớn hiện rõ của anh mình, tại sao Antonio và Carla không giúp được gì?

Tương tác ban đầu của trẻ con là tương tác với bố mẹ, nhưng ít lâu sau đứa trẻ bắt đầu tương tác với người khác, nhất là bạn đồng tuổi. Trong phần này chúng ta lần theo sự phát triển của những tương tác này và tìm hiểu tại sao trẻ con như Antonio và Carla không giúp người khác.

NIỀM VUI KHI CHƠI ĐÙA

Nếu bạn quan sát hai đứa trẻ 5 tháng tuổi, hy vọng tìm thấy một số tương tác xã hội, thì bạn sẽ thất vọng. Trẻ con sẽ nhìn nhau, nhưng bạn không thấy điều gì chứng tỏ có sự tương tác. Tuy nhiên, khoảng 6 tháng tuổi, dấu hiệu đầu tiên của tương tác bạn đồng tuổi xuất hiện: lúc này một đứa trẻ chỉ tay về hướng hoặc mỉm cười với đứa trẻ khác (Hartup, 1983).

Sau ngày thôi nôi ít lâu, trẻ con bắt đầu trò chơi song hành *trong đó mỗi đứa trẻ chơi một mình nhưng luôn quan tâm xem đứa trẻ kia đang làm gì.* Chẳng hạn, mỗi đứa trẻ biết đi chập chững trong ảnh (trang 215 phía trên bên trái) đều có đồ chơi riêng nhưng mỗi đứa trẻ đang quan sát trẻ kia



đang chơi gì. Sự trao đổi giữa hai đứa trẻ trở nên thường xuyên hơn. Khi một đứa trẻ biết đi chập chững trò chuyện hoặc mỉm cười thì đứa trẻ còn lại thường đáp ứng lại (Howes, Unger, & Seidner, 1990).

Bắt đầu khoảng 15 – 18 tháng tuổi, trẻ con biết đi chập chững không còn quan sát đứa trẻ khác chơi gì nữa. *Thay vào đó, đứa trẻ tham gia các hoạt động tương tự, trò chuyện hoặc mỉm cười với nhau, một* trò chơi xã hội đơn giản. Trò chơi lúc này mang tính chất tương tác đúng nghĩa. Chẳng hạn, lúc này chúng trao đồ chơi cho nhau (Howes & Matheson, 1992).

Đến gần 2 tuổi, trò chơi hợp tác *được quan sát thấy: lúc này một chủ đề dễ phân biệt sắp xếp trò chơi của trẻ con, và nó đảm nhận vai trò đặc biệt dựa trên chủ đề.* Giống như các đứa trẻ trong ảnh (bên dưới trái), có thể chơi trò "năm mươi" và thay đổi vai trò của người tìm và người trốn, hoặc chúng chơi trò đãi tiệc và thay phiên đóng vai chủ và khách (Parten, 1932).



Tính chất trò chơi của trẻ con còn nhỏ thay đổi ấn tượng trong một vài năm (Howes & Matheson, 1992). Trong một trung tâm chăm sóc ban ngày điển hình, trẻ con 1 – 2 tuổi dành hầu hết thời gian của mình trong trò chơi song hành, các hình thức trò chơi khác tương đối hiếm. Trái lại, ở trẻ con 3 – 4 tuổi, ít thấy trò chơi song hành hơn, mà chỉ thấy trò chơi hợp tác.

Giả vờ

Trong những năm trước tuổi đến trường, trò chơi hợp tác thường dùng hình thức giả vờ. Đứa trẻ trước tuổi đến trường có các cuộc chuyện trò qua điện thoại với đối tác tưởng tượng hoặc giả vờ uống nước ép trái cây tưởng tượng. Trong các giai đoạn giả vờ ban đầu, đứa trẻ dựa vào đạo cụ thật để hỗ trợ trò chơi của mình. Trong khi giả vờ uống nước, đứa trẻ trước tuổi đến trường sử dụng ly thật, trong giả vờ lái ô tô, trẻ sử dụng bánh lái đồ chơi. Trong các giai đoạn giả vờ sau này, đứa trẻ không cần đạo cụ thật nữa, thay vào đó, nó tưởng tượng ô ghép hình là tách hoặc như trẻ trong ảnh (bên dưới phải), lấy tờ giấy làm bánh lái. Dĩ nhiên, sự thay đổi dần này hướng đến sự giả vờ trừu tượng hơn là điều có thể vì sự phát triển nhận thức diễn ra trong những năm trước tuổi đến trường (Harris & Kavanaugh, 1993).



Bạn có thể đoán ra, giả vờ phản ánh giá trị quan trọng trong nền văn hóa của trẻ con. Ảnh hưởng này thấy rõ trong kết quả nghiên cứu của Farver và Shin (1997), nghiên cứu trẻ con Mỹ gốc Âu và trẻ con Mỹ gốc Hàn trước tuổi đến trường người. Trẻ con Mỹ gốc Hàn xuất thân từ các gia đình mới nhập cư vào Mỹ gần đây, vẫn còn chú ý tầm quan trọng của các giá trị Hàn Quốc truyền thống chẳng hạn như nhấn mạnh gia đình và tán thành hòa thuận hơn là xung đột. Hai nhóm trẻ con khác nhau về chủ đề thông thường trong giả vờ. Mạo hiểm và tưởng tượng là chủ đề thông thường đối với trẻ con Mỹ gốc Âu nhưng vai trò gia đình và hoạt động hàng ngày là chủ đề thông thường đối với trẻ con Mỹ gốc Hàn. Ngoài ra, các nhóm khác nhau trong cách chơi trong khi giả vờ. Trẻ con Mỹ gốc Âu quyết đoán hơn trong giả vờ của mình và nhiều khả năng bất đồng ý kiến về giả vờ với bạn cùng chơi ("tôi muốn làm vua còn bạn làm xác ướp!"). Trái lại, trẻ con Mỹ gốc Hàn lễ phép hơn và nhiều khả năng hòa thuận trong trò chơi hơn ("tôi có thể làm vua được không?"). Vì thế, các giá trị văn hóa ảnh hưởng đến cả hình thức lẫn nội dung giả vờ.

Trò chơi giả vờ không những giúp trẻ con giải trí mà còn thúc đẩy sự phát triển nhận thức của trẻ con (Berk, 1994). Trẻ con dành nhiều thời gian trong trò chơi giả vờ thường tiến bộ hơn trong ngôn ngữ, trí nhớ và lập luận. Trẻ con cũng thường tinh tế hơn trong hiểu biết suy nghĩ, niềm tin và cảm xúc của người khác (Howe, Petrakos, & Rinaldi, 1998; Youngblade & Dunn, 1995).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Jean Piaget giải thích sự xuất hiện giả vờ trong những năm trước tuổi đến trường như thế nào? Erik Erikson giải thích như thế nào?

Lợi ích khác của giả vờ là giúp trẻ con tìm hiểu các chủ đề làm trẻ con hoảng sợ. Trẻ con sợ bóng đêm có thể cam đoan với búp bê rằng mình là người sợ bóng đêm. Bằng cách giải thích với búp bê tại sao mình không nên sợ, đứa trẻ đi đến hiểu biết và điều chỉnh nỗi sợ bóng đêm của mình. Hoặc đứa trẻ giả vờ rằng búp bê có hành vi không tốt phải bị phạt, điều này giúp đứa trẻ có được cảm giác giận dữ của bố mẹ và phạm lỗi của búp bê. Với giả vờ, trẻ con cũng tìm hiểu các cảm xúc khác kể cả hân hoan và tình cảm (Gottman, 1986).

Đối với nhiều trẻ con trước tuổi đến trường, trò chơi giả vờ bao gồm những người tưởng tượng. Những đứa trẻ này có thể dễ dàng mô tả bạn cùng chơi tưởng tượng của mình, nêu rõ giới tính và độ tuổi cũng như màu tóc và mắt. Bạn cùng chơi tưởng tượng có lúc được cho là khá hiếm, là dấu hiệu rối loạn phát triển có thể. Nhưng nghiên cứu trong thời gian gần đây cho thấy gần 2/3 số trẻ con trước tuổi đến trường báo cáo mình có bạn cùng chơi tưởng tượng (Taylor, Cartwright, & Carlson, 1993). Ngoài ra, sự có mặt của bạn cùng chơi tưởng tượng thật ra kết hợp với nhiều đặc điểm xã hội *tích cực:* trẻ con trước tuổi đến trường có bạn cùng chơi tưởng tượng thường dễ kết bạn hơn và có nhiều bạn bè hơn trẻ con trước tuổi đến trường không có bạn cùng chơi tưởng tượng. Ngoài ra, trí tưởng tượng sinh động chơi cùng bạn cùng chơi tưởng tượng *không* có nghĩa là sự phân biệt giữa tưởng tượng và thực tế bị phai mờ: đứa trẻ có bạn cùng chơi tưởng tượng có thể phân biệt tưởng tượng với thực tế cũng dễ dàng như đứa trẻ không có bạn cùng chơi tưởng tượng (Taylor và người khác, 1993).

➡ *Sự khác nhau giữa hai phái trong trò chơi*

Từ 2 – 3 tuổi, tình huống trong ảnh (trang 217) thường thấy nhiều hơn: hầu



hết trẻ con bắt đầu thích chơi với bạn đồng tuổi cùng phái hơn. Sở thích này tăng dần trong những năm trước tuổi đến trường và trong những năm tiểu học, trẻ con chủ yếu tương tác với bạn đồng tuổi cùng phái (Powlishta, 1995).

Có phải sự ghép đôi nam với nam, nữ với nữ mang tính độc đáo trong các nền văn hóa phương Tây vào cuối thế kỷ 20 hay không? Rõ ràng là không. Bất kỳ khi nào trẻ con khắp thế giới chọn bạn cùng chơi thì bé gái thích chơi với gái và bé trai thích chơi với trai hơn. Sự khuyến khích của bố mẹ không cần thiết đối với con trẻ phân biệt theo phái. Bố mẹ có nên thúc đẩy con mình chơi với bạn đồng tuổi khác phái hay không, hầu hết trẻ con đều phản đối (Maccoby, 1990). Tại sao? Bé trai và bé gái khác nhau trong cách chơi. Khi bé gái tương tác, thì hành động và nhận xét thường ủng hộ lẫn nhau, mâu thuẫn phát sinh được giải quyết thông qua bàn bạc và dàn xếp (McCloskey & Coleman, 1992). Trái lại, trò chơi của bé trai mạnh bạo hơn. Khi bé trai tương tác, sự hăm dọa, và cường điệu là điều thường thấy khi một bé trai này cố gắng chế ngự bé trai kia. Khi bé trai và bé gái chơi chung, bé gái nhận thấy kiểu ủng hộ, dàn xếp không có ăn thua gì đối với bé trai, vốn thích phản ứng theo cách quyết đoán hơn (Smith & Inder, 1993).

Cho dù nguyên nhân chính xác là gì đi nữa, thì sở thích thích chơi với bạn đồng tuổi cùng phái hơn xuất hiện trong những năm trước tuổi đến trường vẫn là điều không đổi trong suốt quãng đời (Moller, Hymel, & Rubin, 1992). Chúng ta sẽ thấy trong Chương 7, 10, và 11, thời gian dành cho giải trí (và sau này là cho công việc) thường được phân biệt bằng phái trong tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành.

Ảnh hưởng của bố mẹ

Bố mẹ thích chơi với con trẻ biết đi chập chững và con trẻ trước tuổi đến trường và thường dùng điều này làm cơ hội để dạy con. Mẹ thường điều chỉnh mức độ trò chơi sao cho trò chơi phù hợp với con hoặc nâng cao một ít (Damast, Tamis-LeMonda, & Bornstein, 1996). Chẳng hạn, nếu đứa trẻ biết đi chập chững đang chồng đống đĩa đồ chơi, thì mẹ sẽ giúp trẻ (chơi cùng mức) hoặc giả vờ rửa muỗng đĩa (chơi ở mức nâng cao). Khi mẹ thể hiện các hình thức trò chơi cao hơn, thì sau này trẻ con thường chơi ở các mức nâng cao hơn này (Bornstein và người khác, 1996).

Bố mẹ cũng tác động đến trò chơi của con mình với bạn đồng tuổi. Trẻ con trước tuổi đến trường thường bất đồng, tranh cãi và đôi khi đánh nhau. Trẻ con chơi hợp tác hơn và lâu hơn khi bố mẹ có mặt để giải quyết mâu thuẫn (Mize, Pettit, & Brown, 1995; Parke & Bhavnagri, 1989). Khi trẻ con còn nhỏ không thể đồng ý chơi trò gì thì bố mẹ có thể đưa ra một chủ đề hai bên chấp nhận. Khi cả hai đứa trẻ muốn chơi cùng một món đồ chơi thì

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Giả sử bạn bè của bạn hỏi thăm con gái của bạn trước tuổi đến trường có chơi chung với bạn đồng tuổi hay không. Bạn khuyên họ như thế nào?

bố mẹ sắp xếp để con trẻ chơi chung. Nói cách khác, để áp dụng quan điểm của Vygotsky (được mô tả ở trang 174 – 178), bố mẹ bắc giàn cho trò chơi của con trẻ trước tuổi đến trường, giúp cho sự tương tác trôi chảy bằng cách cung cấp một số kỹ năng xã hội bổ sung mà trẻ con trước tuổi đến trường đang thiếu.

Bố mẹ đôi khi ảnh hưởng đến sự thành công trí năng tương tác bạn đồng tuổi của con mình trong cách ít trực tiếp hơn. Như chúng ta mô tả trước đây (trang 202), mối quan hệ của trẻ con với bạn đồng tuổi thành công nhất khi trẻ con có mối quan hệ quyến luyến yên tâm với mẹ (Ladd & LeSieur, 1995). Tại sao tính chất quyến luyến lại dự đoán được sự thành công của mối quan hệ bạn đồng tuổi của trẻ con? Một quan điểm cho rằng mối quan hệ của trẻ con với bố mẹ của mình là mô hình hoạt động nội tâm đối với tất cả mối quan hệ xã hội sau này. Khi mối quan hệ bố mẹ – con cái mang chất lượng cao và hài lòng về mặt cảm xúc thì trẻ con được khuyến khích hình thành mối quan hệ với người khác. Một khả năng có thể khác là mối quan hệ quyến luyến yên tâm với mẹ làm cho đứa trẻ cảm thấy tin tưởng hơn khi tìm hiểu môi trường, vốn thường tạo ra nhiều cơ hội tương tác với bạn đồng tuổi hơn. Hai quan điểm này không loại trừ lẫn nhau, cả hai góp phần vào sự dễ chịu tương đối mà trẻ con quyến luyến yên tâm cảm thấy khi tương tác với bạn đồng tuổi (Hartup, 1992a).

HỌC CÁCH HỢP TÁC

Trò chơi được hình thành trên sự thỏa thuận ngầm và đôi lúc công khai rằng tất cả nghiên cứu chơi phải theo một số qui luật nhất định vì lợi ích chung. Chẳng hạn, trò chơi "năm mươi" không còn lý thú nữa khi một đứa trẻ chỉ muốn trốn và không chịu đóng vai người tìm. Dĩ nhiên, mặc dù hợp tác có thể là điều lý tưởng nhưng trẻ con không phải lúc nào cũng hợp tác tốt với nhau: mâu thuẫn và cãi vã thường phát sinh.

Một số yếu tố nào xác định sự hợp tác của trẻ con? Độ tuổi là một. Trẻ con lớn ít tự đề cao mình hơn và biết rằng những đứa trẻ khác đang quan sát sẽ giúp giảm bớt mâu thuẫn. Kỹ năng xã hội và giao tiếp đang phát triển của trẻ con trước tuổi đến trường giúp chúng dễ hợp tác hơn (Lourenco, 1993).

Hợp tác cũng chịu ảnh hưởng của các yếu tố khác. Trẻ con có nhiều khả năng hợp tác hơn nếu chúng xem bạn đồng tuổi là những người có tinh thần hợp tác và có thể quan sát trực tiếp rằng sự hợp tác đang diễn ra. Trẻ con quan sát sự hợp tác thành công nhiều hơn thường hợp tác khi có cơ hội (Liebert, Sprafkin, & Poulos, 1975).

Sự háo hức hợp tác của trẻ con chịu nhiều ảnh hưởng bởi phản ứng đối với đề nghị hợp tác (Brady, Newcomb, & Hartup, 1983). Khi trẻ con cố gắng hợp tác nhưng bạn đồng tuổi không chịu thì sự động viên hợp tác nhanh chóng biến mất, thay vào đó, trẻ con tìm quan tâm của chính mình. Trái lại, khi điệu bộ hợp tác của trẻ con dẫn đến câu trả lời hợp tác của đứa trẻ khác thì nó tự mình thấy được cái đẹp của sự hợp tác, như trong ảnh (trang 219), sự hợp tác đang phát triển.

Kết hợp những chứng cứ này lại, chúng ta hiểu được tại sao sự hợp tác lâu dài thường dễ vỡ. Hợp tác chỉ diễn ra khi tất cả người tham gia đồng ý hợp tác, một vài



người – hoặc có thể thậm chí chỉ có một người – không hợp tác có thể phá hỏng mọi lợi ích hợp tác. Nhất là trẻ con còn nhỏ cần bố mẹ định hướng tham gia mối quan hệ hợp tác thực dụng sao cho trẻ con có thể trực tiếp hưởng được lợi ích đi kèm với sự hợp tác lớn hơn (Parke & Bahvnagri, 1989).

Một số nền văn hóa khuyến khích sự hợp tác nhiều hơn nền văn hóa khác. Ở Mỹ, quyền của cá nhân được nhấn mạnh, và khuyến khích sự tự lực. Các nền văn hóa khác, như Trung Quốc, dành giải thưởng cho việc làm có lợi cho mọi người, con người được xem là tương thuộc lẫn nhau. Phản ánh những khác biệt văn hóa này, trẻ con người Hoa thường hợp tác nhiều hơn trẻ con Bắc Mỹ (Domino, 1992). Chẳng hạn, trong một nghiên cứu (Orlick, Zhou, & Partington, 1990), các nhà điều tra ghi lại tần số hợp tác ở trẻ con mẫu giáo ở Beijing, Trung Quốc, và ở Ottawa, Canada. Trong trường mẫu giáo Canada, 22% tương tác mang tính hợp tác, có nghĩa là trẻ con hỗ trợ hoặc giúp bạn đồng tuổi. Trong trường mẫu giáo Trung Quốc, 85% tương tác mang tính hợp tác.

Chúng ta làm gì với sự khác biệt này? Rõ ràng, trẻ con còn nhỏ có thể hợp tác nếu nó xem hành vi như thế là có lợi cho cả hai và nếu nền văn hóa của trẻ con mong đợi sự hợp tác. Phần Tự tìm hiểu mô tả cách xác định trẻ sống gần mình có hợp tác hay không.

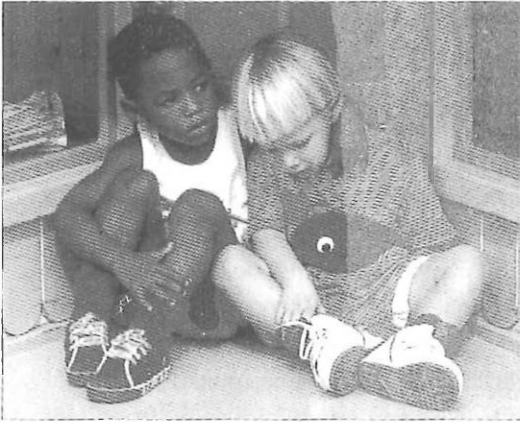
TỰ TÌM HIỂU: HỢP TÁC VÀ GANH ĐUA Ở TRẺ CON

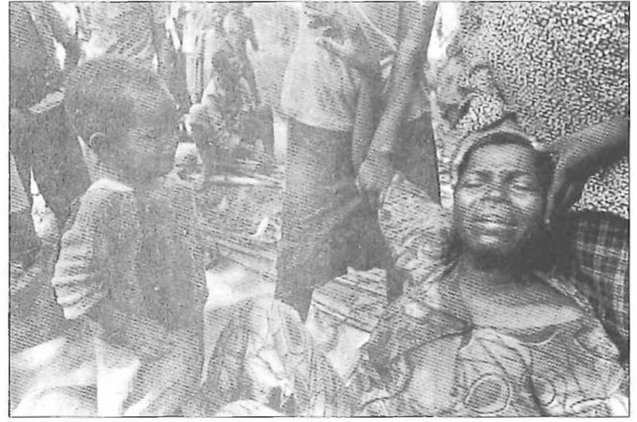
Bạn không thể tin rằng trẻ con trưởng thành ở Mỹ và Canada đặc biệt không hề hợp tác. Để tự tìm hiểu bạn hãy dành ra một tiếng để quan sát trẻ con còn nhỏ. Bạn đến sân chơi ở nhà hàng xóm, nhưng bố mẹ thường có mặt để điều chỉnh hành vi của trẻ con. Lựa chọn tốt hơn là trung tâm chăm sóc ban ngày hoặc nhà trẻ. Trường đại học sẽ tạo điều kiện thuận tiện để xin phép giúp bạn quan sát trẻ con từ phía sau gương một chiều trong một trường học nào đó. Bạn nên ghi lại tất cả khả năng diễn ra hành vi hợp tác, được định nghĩa như chia sẻ, giúp đỡ hoặc có thiện cảm tự nhiên với trẻ con khác. Bạn cũng ghi từng trường hợp hành vi xung đột, được định nghĩa như hành vi gây hấn, thiếu suy nghĩ hoặc phá hoại.

Nếu trường học nơi bạn quan sát mang tính điển hình trong số các trường học ở Bắc Mỹ thì bạn có thể nhìn thấy khoảng 5 – 7 trường hợp hành vi hợp tác trong một tiếng, nhưng có đến 15 –30 trường hợp hành vi xung đột! Nếu bạn có dịp tham quan Trung Quốc và lặp lại quan sát của mình thì bạn sẽ thấy 35 – 40 trường hợp hành vi hợp tác trong cùng một tiếng so với 5 – 10 trường hợp hành vi xung đột. Ít nhất so sánh với Trung Quốc, trẻ con trước tuổi đến trường Bắc Mỹ kém giữ ý tứ với bạn đồng tuổi rất nhiều!

GIÚP ĐỠ NGƯỜI KHÁC

Hành vi ủng hộ xã hội *là một hành vi bất kỳ nào đó làm lợi cho người khác.* Hợp tác là một hình thức hành vi ủng hộ xã hội. Dĩ nhiên, hợp tác thường "diễn ra" vì cá nhân có lợi nhiều hơn khi không hợp tác. *Trái lại,* vị tha *là hành vi được định hướng bằng ý thức trách nhiệm đối với người khác chẳng hạn giúp đỡ và chia sẻ, trong đó cá nhân không hưởng lợi trực tiếp từ hành động của mình.* Nếu hai đứa trẻ hùn tiền mua kẹo, đây là hành vi hợp tác. Nếu một trẻ nhường nửa phần cơm trưa của mình cho một bạn đồng tuổi, đây là hành động vị tha.





Hành động vị tha ở dạng thô có thể nhìn thấy ở trẻ con 18 tháng tuổi. Khi đứa trẻ biết đi chập chững nhìn thấy người khác bị thương hoặc khó chịu thấy rõ thì nó giống như đứa trẻ biết đi chập chững trong ảnh (bên trái trên) có vẻ như quan tâm, cố an ủi người đang bị đau (bằng cách ôm chặt hoặc vỗ về) và cố xác định tại sao người ấy khó chịu (Zahn-Waxler và người khác, 1992). Rõ ràng, vào đầu tuổi này, trẻ con nhận biết một số đặc điểm của trạng thái đau khổ. Trong những năm trước tuổi đến trường, trẻ con dần dần bắt đầu tìm hiểu nhu cầu của người khác và tập quen phản ứng vị tha thích hợp (Farver & Branstetter, 1994). Chúng ta hãy khảo sát một số kỹ năng ấn định giai đoạn hành vi vị tha.

➡ *Kỹ năng làm cơ sở cho hành vi vị tha*

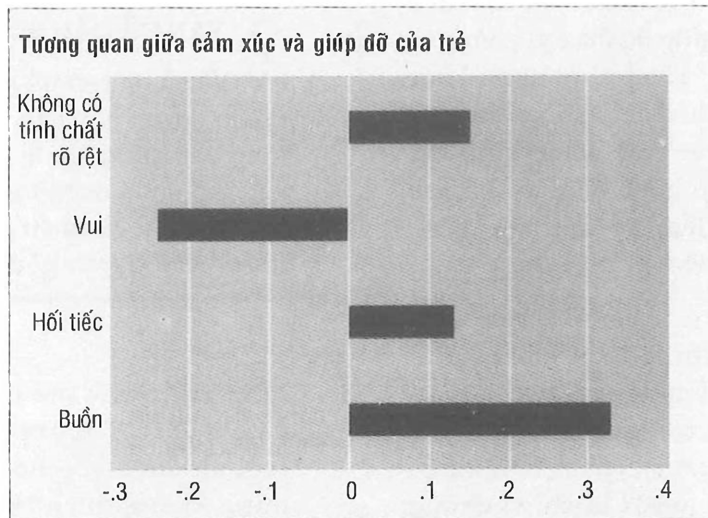
Nhớ lại trong chương 4 rằng trẻ con trước tuổi đến trường thường tự đề cao mình, vì thế trẻ con không thể nhìn thấy sự cần thiết của hành vi vị tha. Chẳng hạn, trẻ con còn nhỏ không chia kẹo cho anh chị em ruột vì nó không thể tưởng tượng anh chị em ruột của mình sẽ buồn biết bao khi không được chia kẹo. Trái lại, trẻ con ở độ tuổi đi học, dễ dàng chấp nhận quan điểm của người khác hơn, hiểu được sự đau khổ và có nhiều khả năng chia sẻ hơn. Thật ra, nghiên cứu luôn cho thấy hành vi vị tha liên quan với kỹ năng chấp nhận quan điểm. Trẻ con hiểu suy nghĩ và cảm giác của người khác sẽ chia sẻ với người khác tốt hơn và giúp người khác thường xuyên hơn (Roberts & Strayer, 1996).

Liên quan với chấp nhận quan điểm là sự thấu cảm, *là thật sự cảm nhận được cảm nghĩ của người khác.* Trẻ con hiểu được sâu sắc nỗi sợ, thất vọng, đau khổ, hoặc cô độc của người khác có nhiều khả năng giúp người ấy hơn những đứa trẻ không cảm nhận được những cảm xúc ấy (Carlo và người khác, 1996). Nói cách khác, đứa trẻ như bé trai trong ảnh (bên phải trên), rất đau khổ bởi những gì bé đang nhìn thấy và có nhiều khả năng giúp đỡ nếu như có thể. Phần Nghiên cứu nổi bật mô tả nghiên cứu tìm hiểu sự liên kết này giữa thấu cảm và hành vi ủng hộ xã hội.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: TRẺ CON THẤU CẢM CÓ NHIỀU KHẢ NĂNG GIÚP ĐỠ HAY KHÔNG?



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Một quan điểm phổ biến trong nhiều thuyết giúp đỡ cho rằng trẻ con (và người lớn) "cảm nhận" được sự khó chịu hoặc đau khổ của người khác đều có nhiều khả năng giúp người ấy hơn. Nghĩa là, trẻ con và người lớn thấu cảm nhiều hơn được cho là có



nhiều khả năng giúp người khác hơn. Paul Miller cùng đồng nghiệp, Nancy Eisenberg, Richard Fabes, và Rita Shell, kiểm tra khẳng định này bằng cách đánh giá phản ứng cảm xúc của trẻ con và khuynh hướng giúp đỡ của trẻ con.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm?Miller cùng đồng nghiệp chiếu các đoạn phim ngắn trong đó trẻ con có vẻ như đau đớn khi té ngã. Sau khi xem phim, các đứa trẻ trong nghiên cứu được người khác hỏi có cảm nghĩ ra sao. Chúng trả lời bằng cách chỉ vào khuôn mặt vui, buồn, hối tiếc hoặc không tính chất rõ rệt. Kế đến, người ta hỏi chúng có cảm nhận điều này xảy ra nhiều hoặc cảm nhận điều kia xảy ra ít hay không. Kế đến, chúng được cho biết rằng đứa trẻ trong phim đang nằm viện và người làm thí nghiệm muốn gởi tặng bạn ấy một số bút chì. Tuy nhiên, bút chì bỏ trong hộp lớn không chặt nên phải bỏ vào hộp nhỏ hơn mới gởi cho bạn nằm viện được. Các đứa trẻ được cho xem một số đồ chơi và người khác hỏi chúng có thể giúp phân loại bút chì hoặc chúng có thể chơi với đồ chơi được không. Vì thế, đánh giá là loại và cường độ phản ứng cảm xúc của chúng khi xem phim và số lượng bút chì mà chúng phân loại.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Các nhà nghiên cứu kiểm tra 74 bé trai và bé gái 5-6 tuổi.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu này là nghiên cứu tương quan vì các nhà điều tra khảo sát quan hệ đang tồn tại tự nhiên giữa giúp đỡ (đánh giá bằng số lượng bút chì phân loại) và cảm xúc mà các đứa trẻ cảm nhận trong khi xem phim. Nghiên cứu chỉ bao gồm các đứa trẻ 5 hoặc 6 tuổi vì thế không phải là nghiên cứu theo chiều dọc hoặc cắt ngang.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Các tình tiết cảm xúc được mô tả trong phim khá ôn hòa và giống với những gì chúng cảm nhận được trong đời sống của chính mình.

Kết quả ra sao? Biểu đồ (bên trên) cho thấy sự tương quan giữa cảm xúc của chúng và sự giúp đỡ của chúng. Giúp đỡ nhiều nhất khi chúng bảo rằng mình buồn khi xem phim và ít nhất khi chúng bảo rằng mình vui sau khi xem phim. Phản ứng cảm xúc không có tính chất rõ rệt hoặc hối tiếc không liên quan đến sự giúp đỡ.

Nhà điều tra kết luận điều gì? Theo dự đoán, trẻ con cảm thấy buồn trước đau khổ của người khác thì có nhiều khả năng giúp đỡ người ấy hơn. Đứa trẻ vui (có lẽ vì nó nghĩ thật thú vị khi nhìn thấy phạm sai lầm chẳng hạn như té ngã) không có khả năng giúp đỡ.

Dĩ nhiên, phản ứng thấu cảm không đảm bảo rằng đứa trẻ sẽ có hành động vị tha. Một số đứa trẻ quan tâm thích giúp đỡ người khác và không thể có khả năng làm như thế. Một người anh muốn chia kẹo cho

em nhỏ nhưng không chia vì bố mẹ cấm. Đôi khi trẻ con không giúp đỡ được vì không có thời gian hoặc nghĩ rằng sẽ có người khác giúp đỡ. Điều cần thiết là phải xét đến bối cảnh xảy ra hành vi vì điều này giúp xác định một đứa trẻ có hành động vị tha hay không. Nhiều đặc điểm bối cảnh ảnh hưởng đến hành động vị tha của trẻ con.

- *Suy nghĩ trách nhiệm.* Trẻ con hành động vị tha khi cảm thấy mình phải có trách nhiệm đối với người hoạn nạn. Trẻ con có thể giúp đỡ anh chị em ruột và bạn bè chẳng hạn nhiều hơn giúp đỡ người lạ chỉ vì chúng cảm thấy phải có trách nhiệm trực tiếp đối với người mình biết rõ (Costin & Jones, 1992).
- *Suy nghĩ ganh đua.* Trẻ con hành động vị tha khi cảm thấy mình có kỹ năng giúp đỡ người khác đang hoạn nạn. Chẳng hạn, giả sử một đứa trẻ trước tuổi đến trường khi lớn ngày càng khó chịu hơn vì không thể tưởng tượng một game vi tính hoạt động ra sao, một bạn đồng tuổi không biết nhiều về game vi tính cũng không giúp được gì vì bạn đồng tuổi không biết phải làm gì để giúp bạn mình đây. Nếu bạn đồng tuổi giúp đỡ thì bạn ấy cũng đứng ngóng mà thôi (Peterson, 1983).
- *Tâm trạng.* Trẻ con hành động vị tha khi vui hoặc cảm thấy thành công nhưng không hành động vị tha khi buồn hoặc cảm thấy mình thất bại. Trẻ con trước tuổi đến trường có một buổi sáng thích thú trong vai trò "lớp trưởng" trong nhà trẻ có nhiều khả năng chia sẻ sự vui thích của mình với chị em ruột hơn là một trẻ trước tuổi đến trường vừa bị cô phạt (Moore, Underwood, & Rosenhan, 1973).
- *Cái giá phải trả của hành động vị tha.* Trẻ con có hành động vị tha khi hành động như thế đòi hỏi phải hi sinh một ít. Trẻ con trước tuổi đến trường được cho bánh snack mà mình không thích thường cho bạn mình chiếc bánh ấy hơn là cho người đã cho mình thức ăn mình rất khoái khẩu (Eisenberg & Shell, 1986).

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Giả sử một số trẻ mẫu giáo muốn quyên góp tiền mua quà tặng bạn cùng lớp bị ốm. Dựa vào thông tin được trình bày ở đây, bạn khuyên điều gì khi con trẻ dự tính quyên góp?

Vì thế khi nào trẻ con có nhiều khả năng giúp đỡ nhất? Khi chúng cảm thấy có trách nhiệm đối với người đang hoạn nạn, có kỹ năng cần thiết, đang vui và nghĩ rằng mình chia bớt một chút bằng cách giúp đỡ. Khi nào đứa trẻ ít có khả năng giúp đỡ nhất? Khi đứa trẻ không cảm thấy mình có trách nhiệm cũng như không có khả năng giúp đỡ, trong tâm trạng khó chịu, và nghĩ rằng giúp đỡ sẽ đòi hỏi rất nhiều hi sinh ở chính mình.

Ghi nhớ những hướng dẫn này, bạn có thể giải thích tại sao Antonio và Carla, các đứa trẻ trong minh họa đầu chương, chỉ đưa mắt nhìn trong khi anh mình đang khóc? Hai yếu tố sau cùng – tâm trạng và cái giá phải trả – không chắc có liên quan. Tuy nhiên, hai yếu tố đầu tiên có thể giải thích việc Antonio và Carla không giúp đỡ anh mình. Giải thích của chúng tôi ở trang 224 ngay trước phần Tự kiểm tra.

Xã hội hóa hành động vị tha

Yếu tố bối cảnh rõ ràng đóng vai trò quan trọng trong hành động vị tha của trẻ con. Tuy nhiên, trẻ con cũng khác nhau

trong suy nghĩ trách nhiệm đối với người khác. Một số đứa trẻ có nhiều khuynh hướng giúp đỡ hơn bất kể bối cảnh ra sao. Tại sao một số đứa trẻ cảm thấy phải có trách nhiệm giúp đỡ người khác nhiều hơn?

Một yếu tố liên kết với hành động vị tha của trẻ con là cách kỷ luật của bố mẹ. Trẻ con vị tha thường có bố mẹ nhấn mạnh lập luận khi kỷ luật con. Tiếp cận này thường nhấn mạnh quyền và nhu cầu của người khác cũng như tác động của một hành vi sai lầm của trẻ con đối với người khác (Hoffman, 1988, 1994). Chẳng hạn, trong hội thoại sau, bố cố giải thích cho con gái biết hành động của con gái làm bạn khó chịu ra sao.

BỐ: Tại sao con lấy bút chì của Annie?

CON GÁI: Vì con thích bút chì ấy.

BỐ: Con nghĩ việc này khiến Annie cảm thấy ra sao không? Con nghĩ Annie buồn hay vui?

CON GÁI: Con không biết.

BỐ: Bố nghĩ con biết.

CON GÁI: Anni buồn.

BỐ: Con có buồn như thế nếu bố lấy bút chì của con không? Con cảm thấy thế nào?

CON GÁI: Con tức điên lên và cũng rất buồn.

BỐ: Thì Annie cũng giống như con thôi, đây là lý do tại sao con không nên lấy đồ của người khác, hành động giật lấy này làm người khác không vui, tức giận. Trước tiên phải hỏi nếu họ nói "không", thì con không được lấy.

Sự tiếp xúc lặp đi lặp lại với lập luận trong kỷ luật rõ ràng củng cố suy nghĩ trách nhiệm chung của đứa trẻ đối với người khác (Krevans & Gibbs, 1996).

Bố mẹ cũng tác động đến hành động vị tha của con mình bằng chính hành động vị tha của mình. Khi bố mẹ bày tỏ sự quan tâm, tình cảm đối với người khác thì điều



này làm tăng cảm giác thấu cảm ở trẻ con (Eisenberg và người khác, 1991). Bố mẹ có hành động vị tha – bằng cách giúp đỡ người khác và đáp ứng người khác – sẽ có con biết giúp đỡ, chia sẻ và ít phê phán người khác (Bryant & Crockenberg, 1980). Vì thế, bằng cách làm mô hình mẫu của hành vi vị tha, bố mẹ đang nuôi dưỡng hành động vị tha của con cái.

Cách thứ ba để tác động hành động vị tha của trẻ là bằng cách khen ngợi trẻ khi có hành động vị tha. Bằng cách thường xuyên đưa ra nhận xét chẳng hạn, "điều khiến bố rất vui là con giúp Matt thắt dây giày" bố mẹ khuyến khích hành động vị tha của con trẻ. *Đặc biệt hiệu quả là* lời khen khuynh hướng, *trong bố mẹ liên kết hành vi vị tha của con trẻ với một khuynh hướng vị tha cơ bản.* Chẳng hạn, bố mẹ có thể nói "cám ơn con giúp mẹ làm món ăn sáng, mẹ biết có thể nhờ đến con vì con là người hữu ích". Khi đứa trẻ giống như trẻ trong ảnh (bên trên) nghe được nhận xét như thế này thường xuyên thì khái niệm cái tôi của đứa trẻ rõ ràng thay đổi bao gồm những đặc điểm này. Trẻ con bắt đầu nghĩ rằng mình thực sự có ích (hoặc dễ thương hoặc thân thiện). Với những đặc điểm này như yếu tố quan trọng của khái niệm cái tôi ở trẻ con thì nó có nhiều khả năng hành xử vị tha khi người khác cần đến (Mills & Grusec, 1989).

Vì thế, bố mẹ có thể nuôi dưỡng hành động vị tha ở con trẻ bằng cách sử dụng lập luận để kỷ luật, trui rèn con trẻ, chính mình phải có hành động vị tha và khen ngợi hành động vị tha của con trẻ. Yếu tố bối cảnh cũng đóng vai trò và hành động vị tha đòi hỏi sự thấu cảm và chấp nhận quan điểm. Kết hợp những thành phần này, chúng ta có được giải thích chung về hành vi vị tha của trẻ con. Khi lớn lên, kỹ năng chấp nhận quan điểm và thấu cảm phát triển, giúp đứa trẻ có khả năng nhìn thấy và cảm thấy nhu cầu của người khác. Tuy nhiên, không bao giờ luôn vị tha (hoặc may thay luôn không vị tha) vì bối cảnh cụ thể cũng tác động đến hành vi vị tha.

➠ *Tái bút: Tại sao Antonio và Carla không giúp đỡ?*

Đây là giải thích của chúng tôi. Trước tiên, cả Antonio lẫn Carla không cảm thấy mình có trách nhiệm phải giúp đỡ vì (a) với 2 đứa trẻ có thể giúp đỡ, suy nghĩ trách nhiệm của từng đứa trẻ sẽ giảm bớt và (b) trẻ con ít có khả năng phải có trách nhiệm đối với anh chị. Thứ hai, chính phỏng đoán của chúng ta cho rằng không có đứa trẻ nào có cơ hội để sử dụng đầu máy. Thực ra rất có thể cả hai không thích chuyện phá đầu máy. Do đó, cả hai không cảm thấy mình rất thạo đầu máy để đến giúp anh, vì cả hai không biết đầu máy hoạt động ra sao hoặc mình nên làm gì để giúp Juan lấy ngón tay ra.

TỰ KIỂM TRA

1. Trẻ con biết đi chập chững 12 – 15 tháng tuổi thường tham gia trò chơi ______, trong đó nó chơi riêng nhưng quan sát đứa trẻ khác và đôi khi trò chuyện với nhau.
2. Một trong những thuận lợi của trò chơi ______ là đứa trẻ có thể tìm hiểu các chủ đề làm đứa trẻ sợ.
3. Khi bé gái tương tác, mâu thuẫn thường được giải quyết thông qua ______, trong khi bé trai thường dựa vào lời hăm dọa nhiều hơn.
4. So với trẻ con ở Bắc Mỹ, trẻ con ở Trung Quốc hợp tác ______.
5. ______ là khả năng hiểu và cảm nhận được cảm xúc của người khác.
6. Tác động bối cảnh đến hành vi ủng hộ xã hội bao gồm suy nghĩ trách nhiệm, suy nghĩ ganh đua, ______ và cái giá phải trả đi kèm với cách hành xử ủng hộ xã hội.
7. Bố mẹ có thể nuôi dưỡng hành động vị tha ở trẻ con bằng cách sử dụng lập luận để kỷ luật trẻ con, tự mình phải có hành vi vị tha và ______.
8. Tính khí của trẻ con ra sao, vấn đề chúng ta đề cập trong Chương 2, ảnh hưởng đến sự phát triển chơi với bạn đồng tuổi của trẻ con ra sao?

Trả lời: (1) song hành, (2) giả vờ , (3) thảo luận và dàn xếp, (4) nhiều hơn, (5) sự thấu cảm, (6) tâm trạng, (7) khen con vị hành vi vị tha.

VAI TRÒ GIỚI TÍNH VÀ NHẬN BIẾT GIỚI TÍNH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Suy nghĩ rập khuôn về nam giới và nữ giới là suy nghĩ gì? Chúng tương ứng với sự khác nhau thực tế giữa bé trai và bé gái đến mức nào?**
- **Khi nào trẻ con hiểu rằng giới tính là không đổi? Hiểu biết này có ảnh hưởng ra sao trong tìm hiểu của trẻ con về vai trò đối với bé trai và bé gái?**
- **Vai trò giới tính thay đổi ra sao? Thay đổi gì khác diễn ra sau này?**

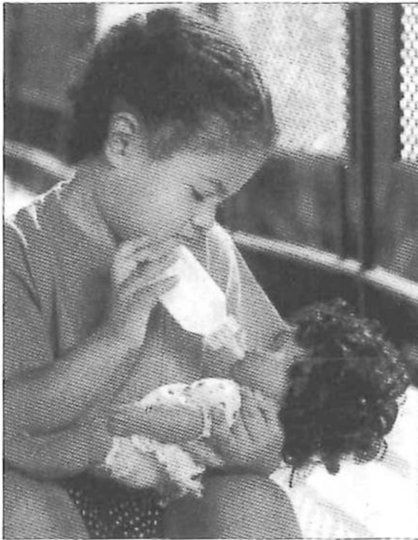
MEDA VÀ FRANK đều ở tuổi 50. Mặc dù không kết hôn nhưng họ chung sống với nhau từ đầu thập niên 1970, khi cả hai tích cực biểu tình phản đối chiến tranh Việt Nam. Con gái của họ Hope lúc này được 6 tuổi. Theo quan điểm văn hóa của mình là phản đối, cả Meda lẫn Frank đều muốn con gái tham gia hoạt động, kết bạn và sau cùng chọn nghề trên cơ sở sự quan tâm và khả năng của con chứ không phải trên cơ sở giới tính. Hiện nay cả hai đều ngạc nhiên khi thấy Hope hoàn toàn không thể phân biệt với các trẻ 6 tuổi khác có bố mẹ theo quan điểm qui ước nuôi dưỡng. Bạn thân của Hope toàn là bạn gái, thường chơi "nhà chòi"hoặc chơi búp bê. Điều gì trông có vẻ sai lầm trong kế hoạch dành cho con gái "trung tính" của Meda và Frank?

Gia đình và nhưng người thiện chí luôn háo hức muốn biết trẻ sơ sinh là trai hay gái. Tại sao người ta quan tâm đến giới tính của trẻ? Câu trả lời là "trai" hoặc "gái" hoàn toàn không phải là sự khác biệt sinh học. Thay vào đó, những từ này đi kèm với các vai trò xã hội khác nhau. *Như một vai diễn,* vai trò xã hội *là một tập hợp các hướng dẫn văn hóa cũng như cách hành xử của một người, nhất là hành xử đối với người khác.* Vai trò đi kèm với giới tính là một trong những vai trò đầu tiên mà trẻ tìm hiểu, bắt đầu từ tuổi ẵm ngửa. Trẻ con nhanh chóng tìm hiểu hành vi được dành cho nam và nữ trong nền văn hóa của mình. Đồng thời, trẻ con bắt đầu đồng nhất với một trong những nhóm này. Như thế, trẻ con có được sự nhận dạng trong tư cách trai hoặc gái.

Trong phần này, bạn sẽ tìm hiểu "vai trò nữ" và "vai trò nam" ở Bắc Mỹ hiện nay, và bạn cũng hiểu được tại sao Meda và Frank gặp nhiều rắc rối khi nuôi dưỡng con gái trung tính.

HÌNH ẢNH NAM VÀ NỮ GIỚI: THỰC TẾ VÀ TƯỞNG TƯỢNG

Tất cả các nền văn hóa đều có suy nghĩ rập khuôn về giới tính – *suy nghĩ và hình ảnh về nam và nữ giới có thể hoặc không thể đúng.* Chẳng hạn, nhiều nam và nữ nghĩ rằng đàn ông là chủ động, duy lý, độc lập, ganh đua và gây hấn. Đồng thời, nhiều nam và nữ quả quyết rằng đàn bà là bị động, tình cảm, lệ thuộc, nhạy cảm và nhu mì (Williams & Best, 1990).



Dựa vào suy nghĩ rập khuôn về giới tính, chúng ta nghĩ nam và nữ hành động và suy nghĩ theo cách riêng, và chúng ta phản ứng đối với hành vi của họ khác nhau, tùy theo giới tính (Bigler, 1995). Chẳng hạn, nếu bạn nhìn thấy trẻ biết đi chập chững trong ảnh (bên trên) có lẽ bạn nghĩ đó là con gái, vì chơi búp bê. Ngoài ra, giả định sẽ khiến bạn nghĩ rằng (a) cô bé chơi không ồn ào, và (b) cô bé dễ hoảng sợ hơn nếu bạn cho rằng đứa trẻ ấy là con trai (Stern & Karraker, 1989). Một khi chúng ta giả định đứa trẻ ấy là con trai thì suy nghĩ rập khuôn về giới tính của chúng ta dẫn đến toàn bộ các suy luận về hành vi và nhân cách.

Lúc đứa trẻ chuẩn bị vào tiểu học, nó đang tìm hiểu suy nghĩ rập khuôn về giới tính khá tốt. Chẳng hạn, trẻ con 5 tuổi nghĩ rằng con trai mạnh và áp đảo trong khi con gái yếu, nhu mì (Best và người khác, 1977; Etaugh & Liss, 1992).

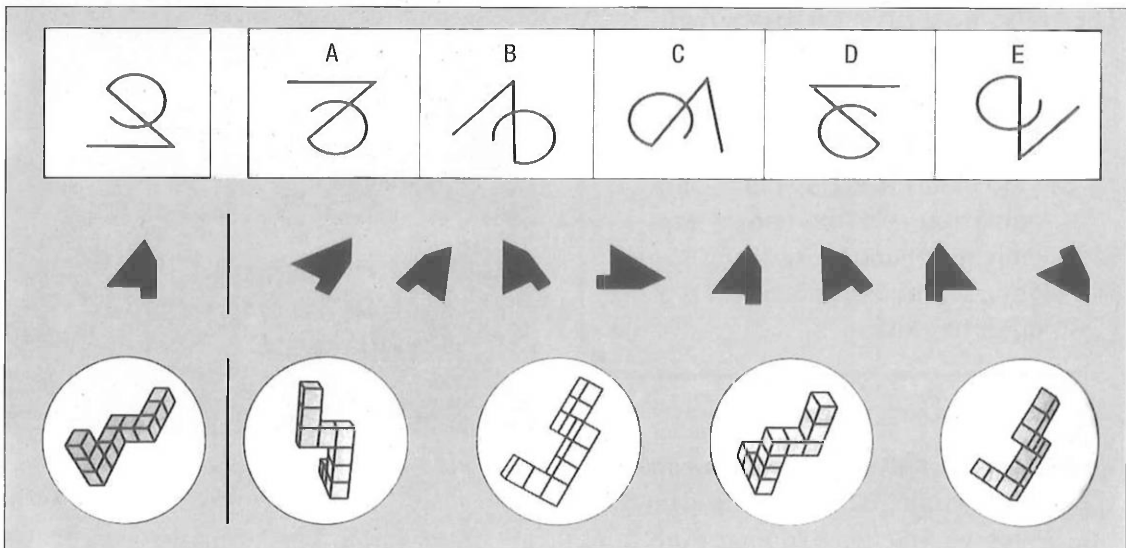
Qua khỏi những năm trước tuổi đến trường, đứa trẻ tìm hiểu nhiều hơn về suy nghĩ rập khuôn nhưng đứa trẻ cũng có khả năng linh động hơn đối với suy nghĩ rập khuôn về giới tính (Serbin, Powlishta, & Gulko, 1993). Đứa trẻ hiểu rằng đối với trẻ con sẽ dễ chấp nhận hơn khi đi lệch khỏi suy nghĩ rập khuôn về giới tính – bé gái có thể có tham vọng trong khi bé trai mang tính nhu mì (Levy, Taylor, & Gelman, 1995).

Dĩ nhiên, đây là *suy nghĩ* của con người về sự khác nhau giữa nam và nữ, và phần lớn suy nghĩ này đều sai. Nghiên cứu cho thấy nam và nữ thường *không* khác nhau trong cách được suy nghĩ rập khuôn văn hóa cụ thể. Sự khác nhau thật sự giữa nam và nữ là gì? Dĩ nhiên, ngoài sự khác nhau giải phẫu học hiển nhiên, nam thường to hơn và khỏe hơn nữ trong hầu hết cuộc đời. Bắt đầu vào đầu tuổi ẵm ngửa, con trai hoạt động nhiều hơn con gái (Eaton & Enns, 1986). Trái lại, con gái có tỉ lệ tử vong thấp hơn, ít bị căng thẳng và bệnh tật hơn (Zaslow & Hayes, 1986).

Khi đảm nhận vai trò xã hội, hoạt động dành cho nam thường đòi hỏi cố gắng nhiều hơn, hợp tác với người khác nhiều hơn và thường đòi hỏi phải đi xa. Hoạt động dành cho nữ thường ít vận động cơ thể hơn, làm một mình nhiều hơn và diễn ra ở gần nhà hơn. Sự phân công vai trò này trên khắp thế giới đều như nhau (Whiting & Edwards, 1988).

Mức độ khác nhau giới tính trong lĩnh vực trí năng và tâm lý xã hội vẫn chưa rõ. Nghiên cứu cho thấy có sự khác nhau giữa nam và nữ trong một số lĩnh vực:

- *Khả năng diễn đạt bằng lời.* Nữ thường vượt trội trong các trắc nghiệm phát triển ngôn ngữ chung tiêu chuẩn hóa, về chất lượng tạo ra lời nói và trong khả năng đọc (Hyde & Linn, 1988; Hedges & Nowell, 1995). Ngoài ra, con gái ít gặp các rối loạn liên quan ngôn ngữ chẳng hạn không có khả năng đọc hoặc nói lắp (Halpern, 1986).
- *Toán học.* Nam thường có điểm cao hơn trong trắc nghiệm môn toán nhưng nữ thường có điểm cao trong các lớp học toán (Beller & Gafni, 1996; Kimball, 1989).



Pellegrino & Kail, 1982.

- *Khả năng không gian.* Đối với các bài toán giống như trong biểu đồ (bên trên), đánh giá khả năng vận dụng thông tin thị giác, bạn phải quyết định hình nào là biến thể xoay so với tiêu chuẩn bên trái. Nam thường trả lời nhanh hơn và chính xác hơn nữ (Voyer. Voyer, & Bryden, 1995).
- *Ảnh hưởng xã hội.* Con gái nghe lời bố mẹ hơn con trai (Maccoby & Jacklin, 1974). Con gái và phụ nữ dễ chịu tác động của người khác trong nhiều tình huống khác nhau nhất là khi bị áp lực tập thể (Becker, 1986; Eagly, Karau, & Makhijani, 1995).
- *Gây hấn.* Trong hầu hết các nền văn hóa được nghiên cứu, nam thường gây hấn nhiều hơn, nhất là khi sự gây hấn không do người khác tạo ra (Bettencourt & Miller, 1996; Knight, Fabes, & Higgins, 1996). Sự khác biệt này bắt đầu từ những năm trước tuổi đến trường và vẫn còn trong suốt cuộc đời (Sanson và người khác, 1993).

Trong hầu hết các lĩnh vực trí năng và xã hội khác, con trai và con gái đều như nhau. Khi suy nghĩ về các lĩnh vực có sự phân biệt đối xử giới tính, bạn nên nhớ rằng sự khác nhau giới tính thường dựa vào kinh nghiệm và giai cấp xã hội của một người (Casey, 1996; Serbin, Powlishta, & Gulko, 1993). Sự khác nhau giới tính cũng thay đổi qua thời gian phản ánh thay đổi lịch sử trong bối cảnh thời thơ ấu đối với con trai và con gái. Sau cùng, mỗi thay đổi vừa được mô tả ám chỉ sự khác nhau trong hoạt động *trung bình* của con trai và con gái. Những khác nhau này thường không nhiều, nghĩa là chúng không thể áp dụng cho tất cả con trai và con gái. Nhiều bé gái có khả năng không gian nhiều hơn bé trai, nhiều bé trai nhạy cảm với ảnh hưởng xã hội hơn bé gái.

PHÂN LOẠI GIỚI TÍNH

Dân gian cho rằng bố mẹ và người lớn khác – thầy cô và nhân vật truyền hình chẳng hạn – trực tiếp định hình hành vi của trẻ con hướng đến vai trò đi kèm với giới tính. Con trai được thưởng vì có hành vi kiểu con trai và bị phạt khi có hành vi kiểu con gái. Thậm chí dân gian còn có một cơ sở lý thuyết: theo các lý thuyết gia tập quen xã hội như Albert Bandura (1977, 1986) và Walter Mischel (1970), trẻ con tập quen vai trò giới

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Phong trào giải phóng phụ nữ trở thành một lực lượng xã hội hùng mạnh ở Bắc Mỹ trong thập niên 1960. Hãy mô tả bạn nghiên cứu như thế nào để xác định liệu phong trào có thay đổi được vai trò giới tính mà trẻ tập quen hay không.



tính giống hệt như cách tập quen các hành vi xã hội khác, bằng củng cố và tập quen quan sát. Bố mẹ và những người khác định hình vai trò giới tính thích hợp ở trẻ con và trẻ con tập quen những gì mà nền văn hóa của mình cho đó là hành vi thích hợp đối với nam và nữ bằng cách quan sát người lớn và bạn đồng tuổi hành động ra sao.

Nghiên cứu ủng hộ thuyết Tập quen xã hội như thế nào? Lời đáp tốt nhất cho câu hỏi này phát xuất từ một phân tích mở rộng của 172 nghiên cứu có đến 27.836 đứa trẻ tham gia cho thấy bố mẹ thường đối xử đối với con gái và con trai như nhau (Lytton & Romney, 1991). Bố mẹ tương tác với con gái và con trai ngang bằng nhau, tình cảm cho cả hai như nhau, khuyến khích cả hai đạt thành tích và độc lập. Ngoại lệ chính là trong hành vi liên quan đến vai trò giới tính, trong đó bố mẹ phản ứng với con gái và con trai khác nhau. Hoạt động như chơi búp bê, trang điểm, hoặc giúp đỡ người lớn được khuyến khích ở con gái nhiều hơn con trai, trò chơi xô đẩy và lắp ghép hình khối được khuyến khích ở con trai nhiều hơn con gái. Bố mẹ cũng phân công cho con gái và con trai làm các chuyện vặt trong nhà khác nhau. Con gái thường được phân công làm chuyện vặt điển hình cho phái nữ như rửa chén hoặc quét nhà trong khi con trai được phân công làm chuyện vặt điển hình cho phái nam như đổ rác hoặc cắt cỏ (McHale và người khác, 1990).

Bố có nhiều khả năng đối xử với con gái và con trai khác nhau hơn là mẹ. Bố như trong ảnh (bên trên) thường khuyến khích trò chơi liên quan giới tính. Bố phạt con trai nhiều hơn nhưng chấp nhận sự lệ thuộc của con gái (Snow, Maccoby, & Jacklin, 1983). Chẳng hạn, bố có thể thúc dục con trai đang sợ hãi cố nhảy từ ván nhảy xuống hồ bơi ("hãy ra vẻ đàn ông!") nhưng không yêu cầu con gái nhảy như thế ("thôi được rồi con yêu"). Rõ ràng mẹ có nhiều khả năng phản ứng dựa theo hiểu biết của mình về nhu cầu của từng đứa con nhưng bố phản ứng dựa theo suy nghĩ rập khuôn về giới tính. Mẹ phản ứng với con trai hiểu rằng con mình thông minh nhưng thiếu tự tin, bố phản ứng theo những gì mình nghĩ con trai nói chung là phải như thế.

Bạn đồng tuổi cũng góp phần vào việc phân loại giới tính. Trong những năm trước tuổi đến trường, hầu hết trò chơi của trẻ con đều thích hợp với giới tính – bé trai thích ghép hình và xe tải đồ chơi hơn trong khi bé gái thích búp bê và bộ đồ chơi bát nĩa hơn (Langlois & Downs, 1980). Bé trai cũng thích đồ chơi của bé gái hoặc tham gia trò chơi của bé gái. Bé trai chơi búp bê hoặc bé gái như trong ảnh (trang 229) chơi xe tải đồ chơi sẽ bị bạn đồng tuổi xem thường, chọc ghẹo, hoặc chế giễu nhưng bé trai bị



chế giễu nhiều hơn bé gái (Levy, Taylor, & Gelman, 1995). Một khi trẻ con học được các qui tắc về trò chơi điển hình cho giới tính thì nó sẽ trừng phạt nghiêm khắc bạn đồng tuổi nào vi phạm qui tắc này.

Vì thế, bằng cách khuyến khích bằng lời, ánh mắt nhìn phê phán và các hình thức khen ngợi và trừng phạt khác, người khác tác động đến bé trai và bé gái để có cách hành xử khác nhau (Jacobs & Eccles, 1992). Tuy nhiên, trẻ con hiểu được các hành vi cụ thể đi kèm với giới tính của mình. *Trẻ con dần dần bắt đầu đồng nhất với một nhóm và phát triển* nhận dạng giới tính – *ý thức về mình là nam hay nữ.*

Nhận dạng giới tính

Nếu bạn lắng nghe một cuộc chuyện trò điển hình giữa hai đứa trẻ trước tuổi đến trường, thì bạn sẽ nghe được như sau:

MARIA: Khi lớn lên, mình sẽ làm ca sĩ.

JUANITA: Khi lớn lên, mình sẽ làm bố.

MARIA: Không, bạn không thể làm bố được – bạn sẽ làm mẹ.

JUANITA: Không, mình muốn làm bố cơ.

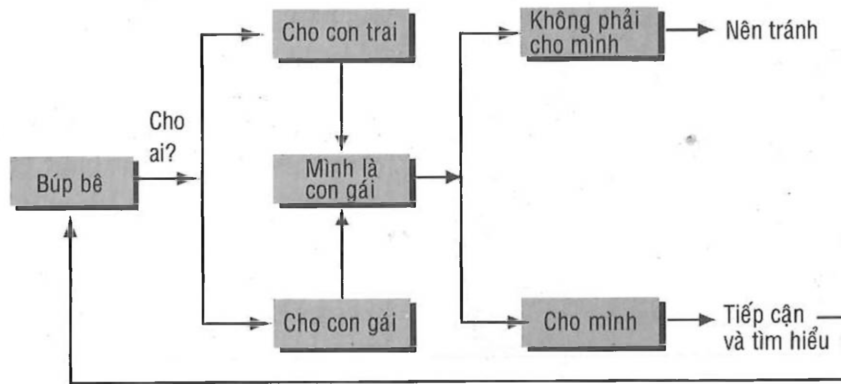
MARIA: Bạn không thể làm bố được. Chỉ có con trai mới làm bố mà bạn là con gái!

Rõ ràng, hiểu biết giới tính của Maria phát triển hơn hiểu biết giới tính của Juanita. Chúng ta giải thích những sự khác nhau này như thế nào? Theo Lawrence Kohlberg (1966; Kohlberg & Ullian, 1974), trẻ con dần dần phát triển một hiểu biết công việc rằng mình thuộc phái nam hoặc phái nữ. Sau đó giới tính dùng để sắp xếp nhiều nhận thức, thái độ, giá trị và hành vi. Hiểu biết giới tính đầy đủ được phát triển dần trong 3 bước sau:

- Gọi tên giới tính: *Khi 2 hoặc 3 tuổi, trẻ con hiểu rằng mình là con trai hoặc con gái và tự gọi tên phù hợp.*
- Sự ổn định giới tính: *Trong những năm trước tuổi đến trường, trẻ bắt đầu hiểu rằng giới tính mang tính ổn định: con trai trở thành đàn ông, con gái trở thành đàn bà.* Tuy nhiên, trẻ con trong giai đoạn này nghĩ rằng con gái để tóc giống con trai sẽ trở thành con trai và con trai chơi búp bê sẽ trở thành con gái (Fagot, 1985).
- Tính không đổi giới tính: *Từ 4 đến 7 tuổi hầu hết trẻ con hiểu rằng nam tính và nữ tính không thay đổi trong các tình huống hoặc theo ý muốn cá nhân.* Trẻ con hiểu rằng giới tính của nó không chịu ảnh hưởng của quần áo mình đang mặc và đồ chơi mình đang chơi.

Juanita và Maria đều biết rằng mình là con gái nhưng Maria phát triển ý thức tính ổn định giới tính và tính không đổi giới tính nhiều hơn Juanita.

Trong thuyết của Kohlberg, chỉ có đứa trẻ nào hiểu được tính ổn định giới tính mới có kiến thức rộng về những hoạt động theo suy nghĩ rập khuôn về giới tính (Newman, Cooper, & Ruble, 1995). Nghĩa là, không phải cho đến khi nó hiểu rằng giới tính mang tính ổn định thì mới bắt đầu tìm hiểu hoạt động thích hợp với giới tính của mình. Mẫu này được tìm thấy trong nghiên cứu. Chẳng hạn, Martin và Little (1990) đánh giá hiểu biết giới tính và kiến thức về những



Martin & Halverson, 1981.

hoạt động phân loại giới tính của trẻ con trước tuổi đến trường (chẳng hạn, con gái chơi búp bê, con trai chơi máy bay). Trẻ con nhỏ tuổi nhất trong nghiên cứu – 3 tuổi rưỡi đến 4 tuổi – không hiểu tính ổn định giới tính, và biết rất ít về hoạt động theo suy nghĩ rập khuôn về giới tính. Khi 4 tuổi, đứa trẻ biết tính ổn định giới tính nhưng chưa biết nhiều về hoạt động theo suy nghĩ rập khuôn về giới tính. Khi 4 tuổi rưỡi, nhiều trẻ có nhiều tính ổn định giới tính và biết hoạt động điển hình cho giới tính và hoạt động không điển hình cho giới tính. Điều quan trọng, không có đứa trẻ nào không biết tính ổn định giới tính nhưng biết về hoạt động theo suy nghĩ rập khuôn về giới tính, một kết hợp không thể có theo thuyết của Kohlberg.

Thuyết của Kohlberg nêu cụ thể khi nào đứa trẻ bắt đầu tìm hiểu hành vi và hoạt động thích hợp với giới tính (một khi nó hiểu tính ổn định giới tính) nhưng không phải việc tìm hiểu như thế diễn ra *như thế nào*. Martin và Halverson (1987) đưa ra một thuyết giải thích trẻ con tìm hiểu giới tính như thế nào. *Trong* thuyết sơ đồ giới tính *trước tiên trẻ con xác định xem đồ vật, hoạt động, hoặc hành vi là nam hoặc nữ tính rồi sau đó sử dụng thông tin này để quyết định liệu mình có nên tìm hiểu về đồ vật, hoạt động hoặc hành vi nhiều hơn hay không*. Nghĩa là, như bạn nhìn thấy trong sơ đồ (bên trên), một khi đứa trẻ biết được giới tính của mình thì lúc này chủ yếu chú ý đến kinh nghiệm và sự kiện thích hợp với giới tính (Martin & Halverson, 1987). Theo thuyết sơ đồ giới tính, một bé trai trước tuổi đến trường nhìn thấy nhiều bé gái vọc cát sẽ xác định rằng vọc cát là trò chơi dành cho con gái, vì mình là con trai, vọc cát không phù hợp. Thấy một nhóm nhiều bé trai lớn tuổi hơn chơi đá banh, cậu bé xác định rằng đá banh là trò chơi dành cho con trai, vì mình cũng là con trai nên chơi đá banh phù hợp và cậu tìm hiểu về đá banh nhiều hơn. Vì thế, sau khi đứa trẻ hiểu được giới tính, điều này như thể nó nhìn thế giới bằng cặp kính đặc biệt chỉ gom hoạt động điển hình cho giới tính vào trong tiêu điểm (Liben & Signorella, 1993; Martin, Eisenbud, & Rose, 1995).

PHÁT TRIỂN VAI TRÒ GIỚI TÍNH

Vai trò giới tính không phải được khắc trên đá, chúng sẽ thay đổi theo thời gian. Ở Mỹ, một dải vai trò có thể chấp nhận đối với con trai và con gái, nam và nữ chưa hề nhiều như hiện nay. Chẳng hạn, một số ông bố như trong ảnh (trang 231) ở nhà làm người chăm sóc chính cho con cái, và một số bà mẹ làm việc cả ngày là nguồn thu nhập chính cho gia đình.

Những thay đổi này có tác động gì đối với vai trò giới tính? Một số hiểu biết từ

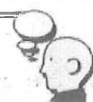


kết quả Dự án nghiên cứu cách sống trong gia đình (Weisner & Wilson-Mitchell, 1990). Nghiên cứu này khảo sát các gia đình trong đó người lớn là thành viên có văn hóa đối lập trong thập niên 1960 và 1970. Một số gia đình thích sống theo cách của riêng mình và nuôi dạy con cái không có suy nghĩ rập khuôn giới tính truyền thống. Trong những gia đình này, đàn ông và đàn bà cùng làm chuyện nhà, kiếm tiền và chăm sóc con.

Kết quả của dự án này cho thấy bố mẹ như Meda và Frank từ minh họa đầu chương có thể ảnh hưởng đến một số khía cạnh suy nghĩ rập khuôn giới tính nhiều hơn người khác. Một mặt, trẻ con trong những giai đoạn này thường có bạn cùng phái và thích hoạt động phân loại giới tính: con trai thích trò chơi vận động cơ thể, con gái thích vẽ và đọc sách. Mặt khác, trẻ con có một vài suy nghĩ rập khuôn về nghề nghiệp: nó cho rằng con gái có thể làm tổng thống Mỹ, lái xe tải và con trai có thể làm điều dưỡng và thư ký. Trẻ con cũng có thái độ phân loại giới tính ít hơn trong việc sử dụng đồ vật. Họ quả quyết rằng con gái và con trai đều có khả năng sử dụng bàn ủi, xẻng, búa, đinh, kim chỉ như nhau.

Rõ ràng, một số đặc điểm trong vai trò và nhận dạng giới tính dễ bị kinh nghiệm ảnh hưởng hơn các đặc điểm khác. Đối với hầu hết lịch sử của chúng ta trong tư cách một chủng loài, Homo sapiens (người biết suy nghĩ) đã tồn tại trong các nhóm gia đình nhỏ, săn thú và hái lượm thực vật. Phụ nữ sinh con và chăm sóc con. Trải qua quá trình lịch sử phát triển con người, phụ nữ thích nghi với việc chăm sóc và nuôi dưỡng con vì điều này làm tăng mức độ quyến luyến yên tâm và sau cùng là sự sống còn của trẻ con. Trách nhiệm của đàn ông bao gồm bảo vệ đơn vị gia đình tránh thú săn mồi và đi săn với các đàn ông khác, vai trò năng động và sức mạnh cơ thể là điều quan trọng.

Tình huống sống vào đầu thế kỷ 21 dĩ nhiên khác về cơ bản. Đàn ông nuôi con, đàn bà kiếm thu nhập để mua thức ăn cho gia đình. Dải vai trò có thể chấp nhận đối với con trai và con gái, nam và nữ chưa hề nhiều như thế. Đồng thời, sự thay đổi văn hóa trong một vài thập niên qua không thể xóa đi hàng trăm ngàn năm của lịch sử tiến hóa (Kenrick, 1987). Do đó, chúng ta không ngạc nhiên khi nhận thấy con trai và con gái thường khác nhau trong cách chơi, con gái trong tương tác thường giúp đỡ với nhau nhiều hơn, con trai thường gây hấn nhiều hơn. Như trong phần Bạn có thể ngạc nhiên, trẻ con có bố mẹ là đồng tính nữ hoặc nam đồng tính thường phát triển với sự quan tâm và nhận dạng vai trò giới tính quy ước.



BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: CON CỦA BỐ MẸ LÀ ĐỒNG TÍNH NAM VÀ ĐỒNG TÍNH NỮ

Hơn một triệu trẻ con ở Mỹ có bố mẹ là đồng tính nữ hoặc đồng tính nam. Trong hầu hết những trường hợp này, trẻ sinh ra trong một gia đình tình dục khác giới thường kết thúc bằng ly hôn khi một bố hoặc một mẹ lộ rõ quan hệ đồng tính của mình. Hiếm hơn nhưng phổ biến hơn là trẻ con của các

đôi vợ chồng đồng tính nữ hoặc một người đồng tính nữ sống độc thân.

Bạn có thể ngạc nhiên điều gì xảy ra đối với những đứa trẻ này. Nếu sự phát triển của đứa trẻ giống như sự phát triển của những đứa trẻ có bố mẹ quan hệ tình dục khác giới? Hoặc có sự khác nhau hay không, nhất là khi đề cập vấn đề liên quan giới tính? Lời đáp đối với những câu hỏi này là sự ngập ngừng vì nghiên cứu chủ đề này rất hiếm. Số lượng nghiên cứu ít, hầu như tất cả đều nghiên cứu trẻ con được sinh ra trong một hôn nhân quan hệ tình dục khác giới đều kết thúc bằng ly hôn khi bà mẹ lộ rõ sở thích mình là người thích đồng tính nữ. Hầu hết các bà mẹ đồng tính nữ đều là người Mỹ gốc Âu, có trình độ.

Ghi nhớ những hạn chế này, mẫu chung là mẫu phát triển tâm lý xã hội bình thường ở trẻ con có mẹ đồng tính nữ (Patterson, 1992).

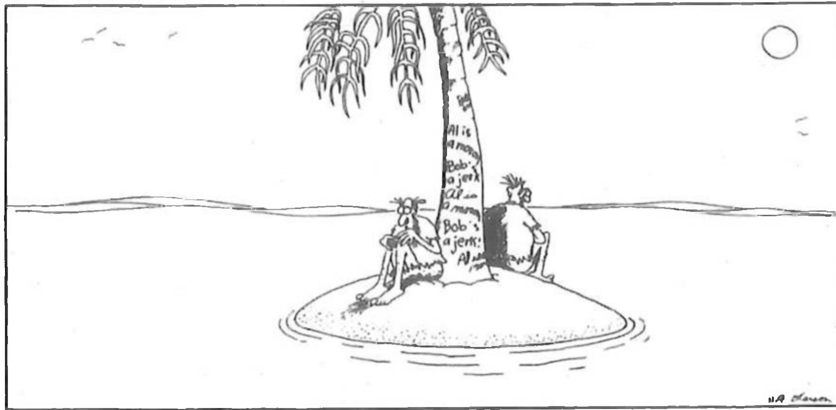
Bé trai và bé gái trước tuổi đến trường rõ ràng nhận biết giới tính của chính mình và có được sở thích dựa vào giới tính bình thường, cũng như quan tâm, hoạt động và bạn bè. Ở tuổi thanh niên và đầu tuổi trưởng thành, đại đa số là quan hệ tình dục khác giới (Bailey và người khác, 1995). Trong những khía cạnh khác, chẳng hạn như khái niệm cái tôi, kỹ năng xã hội, lập luận đạo đức và trí năng, sự phát triển của đứa trẻ có mẹ đồng tính nữ giống như sự phát triển của đứa trẻ có bố mẹ quan hệ tình dục khác giới. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu 15 cặp vợ chồng đồng tính nữ và 15 cặp vợ chồng quan hệ tình dục khác giới thì trẻ con đều thông minh và có tâm lý như nhau (Flaks và người khác, 1995).

Những kết luận này, nếu được nghiên cứu khác chứng minh thêm, đều có ngụ ý quan trọng. Thứ nhất, thuyết tâm lý trong truyền thống cho rằng gia đình có hai bố mẹ, hiện còn đủ cả bố lẫn mẹ, là điều kiện phát triển tốt nhất. Chứng cứ như thế này không thừa nhận hiểu biết theo qui ước khi cho rằng những gì một bố hoặc một mẹ tạo ra cho con mới là điều quan trọng chứ không phải định hướng tình dục của bố mẹ. Thứ hai, ở nhiều bang của Mỹ, người lớn đồng tính nam và đồng tính nữ được xem là không đủ tư cách làm bố mẹ, một đánh giá hoàn toàn không được nghiên cứu ủng hộ.

TỰ KIỂM TRA

1. ______ là suy nghĩ và hình ảnh về nam và nữ có thể hoặc không thể đúng.
2. Nghiên cứu về hoạt động chức năng trí tuệ và hành vi xã hội cho thấy sự khác nhau giữa hai phái trong khả năng diễn đạt bằng lời, toán học, ______, ảnh hưởng xã hội và gây hấn.
3. ______ có thể có ảnh hưởng đặc biệt trong truyền đạt vai trò giới tính vì họ thường đối xử với con trai và con gái khác nhau.
4. Theo thuyết của Kohlberg, hiểu biết giới tính bao gồm gọi tên giới tính, tính ổn định giới tính, và ______.
5. Trẻ con được nghiên cứu trong Dự án nghiên cứu cách sống trong gia đình, có bố mẹ đều là thành viên của nền văn hóa đối lập trong thập niên 1960 và 1970, có quan điểm liên quan giới tính theo truyền thống đối với bạn bè và ______.
6. Tác động khác nhau trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội góp phần vào sự phát triển vai trò giới tính ra sao?

Trả lời: (1) suy nghĩ rập khuôn về giới tính, (2) khả năng không gian, (3) bố, (4) tính không đổi giới tính, (5) những hoạt động ưa thích hơn



KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Mặc dù tranh vẽ rất ngộ nghĩnh, có lẽ bạn không cần xét đến biện pháp – sống đơn độc – vì sự tương tác với người khác là điều rất quan trọng trong suốt cuộc đời. Sau khi đọc xong chương này, bạn biết rằng những sự tương tác này bắt đầu ngay từ đầu đời. Trong phần đầu tiên của chương này, chúng ta nhận thấy sự chăm sóc quan tâm thường dẫn đến sự hình thành tình cảm quyến luyến yên tâm giữa bố mẹ và con cái. Khi đứa trẻ phát triển tình cảm quyến luyến yên tâm thì nó thường tương tác với người khác thành công hơn. Đứa trẻ có phần lớn thời gian được chăm sóc luân phiên ban đầu cũng hình thành tình cảm quyến luyến yên tâm trừ phi chăm sóc có chất lượng kém và người mẹ không quan tâm. Trẻ con như Roosevelt, con 18 tháng tuổi của Kendra, không bị ảnh hưởng bởi thời gian chăm sóc trẻ luân phiên ban đầu với điều kiện rằng sự chăm sóc chất lượng cao và người mẹ vẫn quan tâm và nhạy cảm.

Chúng ta chứng minh rằng trẻ con như Claude có thể bày tỏ cảm xúc cơ bản như vui và giận. Khi 2 tuổi, trẻ con có cảm xúc phức tạp như tội lỗi. Trẻ con sử dụng cảm xúc của người khác để định hướng hành vi của mình, và kỹ năng này cải thiện khi đứa trẻ phát triển về mặt nhận thức.

Chúng ta tìm hiểu quan hệ xã hội của trẻ con phát triển ra sao từ bố mẹ sang bạn đồng tuổi. Thậm chí trẻ con chơi với bạn và các trò chơi nhanh chóng trở nên phức tạp hơn trong những năm trước tuổi đến trường. Trẻ con biết đi chập chững cũng thể hiện sự quan tâm đối với người khác. Tuy nhiên, khi lớn tuổi hơn, liệu nó có thực sự giúp đỡ người khác hay không thì tùy vào kỹ năng chấp nhận quan điểm và thấu cảm, bối cảnh trong đó đòi hỏi giúp đỡ, và cách kỷ luật của bố mẹ. Chẳng hạn, trong minh họa, Antonio và Carla không giúp đỡ anh trai mình vì chúng không cảm thấy có nhiều trách nhiệm để giúp đỡ và vì chúng cảm thấy mình không có khả năng giúp đỡ.

Khi chân trời xã hội của đứa trẻ tiếp tục phát triển, ít lâu sau nó hiểu rằng người ta mong đợi mình phải đóng một số vai

trò nào đó trong xã hội dựa vào giới tính của mình. Vào cuối những năm trước tuổi đến trường, hầu hết trẻ con hiểu rằng giới tính là không đổi, và trẻ con bắt đầu sử dụng kiến thức này để chọn lọc hoạt động và đồ vật thích hợp cho mình. Những chọn lựa này chịu tác động của giá trị và mong đợi của bố mẹ, nhưng một số khía cạnh vai trò giới tính dễ thay đổi hơn các khía cạnh khác. Chẳng hạn, Meda và Frank, bố mẹ trong minh họa có lẽ cảm thấy dễ sửa đổi mục tiêu nghề nghiệp của con gái mình hơn là sửa đổi cách chơi của con.

Dĩ nhiên, bất chấp thay đổi nhanh chóng và đôi khi ấn tượng mà chúng ta chứng kiến trong chương này, sự phát triển xã hội và giữa cá nhân với nhau vẫn chưa hoàn chỉnh vào cuối những năm trước tuổi đến trường. Phần lớn thay đổi bổ sung diễn ra ở trẻ con độ tuổi đến trường và tuổi thanh niên như chúng ta sẽ thấy trong chương 7.

TÓM TẮT



Khởi đầu: Tin cậy và quyến luyến

Các giai đoạn phát triển tâm lý xã hội đầu tiên của Erikson

• Trong thuyết Phát triển tâm lý xã hội của Erikson, cá nhân đối mặt với một số khủng hoảng tâm lý xã hội ở các giai đoạn phát triển khác nhau. Khủng hoảng ở tuổi ẵm ngửa phải hình thành sự cân bằng giữa tin cậy và hoài nghi thế giới, tạo ra hi vọng, từ 1 đến 3 tuổi, trẻ con phải kết hợp tính tự quản và hổ thẹn để tạo ra ý chí, từ 3 đến 5 tuổi, sáng kiến và tội lỗi phải được cân bằng để đạt được mục đích.

Phát triển tình cảm quyến luyến

• Quyến luyến là một mối quan hệ xã hội – cảm xúc kéo dài giữa trẻ con và bố mẹ. Đối với cả người lớn và trẻ con, nhiều hành vi góp phần vào sự hình thành tình cảm quyến luyến được lập trình về mặt Sinh học. Quyến luyến phát triển dần dần qua năm đầu đời, vào khoảng 6 – 7 tháng tuổi, đứa trẻ nhận dạng nhân vật quyến luyến thường là mẹ. Trong những tháng tiếp theo, đứa trẻ thường quyến luyến với các thành viên khác trong gia đình.

• Nghiên cứu Tình huống lạ, trong đó trẻ con và mẹ bị chia lìa trong thời gian ngắn, cho thấy có 4 hình thức quyến luyến chính. Phổ biến nhất là quyến luyến yên tâm trong đó đứa trẻ hoàn toàn tin tưởng vào mẹ. Kém phổ biến hơn là 3 loại mối quan hệ quyến luyến trong đó không có sự tin cậy này. Trong mối quan hệ né tránh, trẻ con giải quyết sự thiếu tin cậy này bằng cách không để ý đến mẹ, trong mối quan hệ chống đối, trẻ con trông có vẻ giận mẹ, trong mối quan hệ phá rối, trẻ con không có vẻ tìm hiểu sự vắng mặt của mẹ.

• Trẻ con có mối quan hệ quyến luyến yên tâm trong tuổi ẵm ngửa thường tương tác với bạn đồng tuổi dễ hơn và khéo hơn. Quyến luyến yên tâm có nhiều khả năng xảy ra khi mẹ đáp ứng nhu cầu của đứa trẻ một cách nhạy cảm và nhất quán.

Quyến luyến, công việc, và chăm sóc thay thế

• Nhiều trẻ con Mỹ được bố hoặc người thân khác chăm sóc ở nhà, trong nhà của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc ban ngày, hoặc trong một trung tâm chăm sóc ban ngày. Trẻ con và trẻ con còn nhỏ không

bị ảnh hưởng bởi sự chăm sóc như thế với điều kiện rằng sự chăm sóc chất lượng cao và bố mẹ vẫn còn quan tâm đến trẻ con.



Phát triển cảm xúc

Cảm xúc cơ bản

• Các nhà khoa học thường sử dụng sự thể hiện trên nét mặt của trẻ con để đánh giá khi các trạng thái cảm xúc khác nhau đang phát triển. Dấu hiệu chỉ báo đầu tiên của trạng thái vui là cười xã hội, vào khoảng 2 tháng tuổi. Cười to tiếng vào khoảng 4 tháng. Giận và sợ xuất hiện khoảng 6 tháng tuổi. Sợ hãi đầu tiên xuất hiện trong tuổi ẵm ngửa là sợ người lạ, sợ các đồ vật cụ thể phát triển muộn hơn trong thời thơ ấu.

Cảm xúc phức tạp

• Cảm xúc phức tạp thường xuất hiện từ 18 – 24 tháng, có một thành phần tự đánh giá và bao gồm tội lỗi, bối rối và tự hào. Những cảm xúc này đòi hỏi kỹ năng nhận thức tinh vi hơn cảm xúc cơ bản như vui và sợ.

Nhận biết và sử dụng cảm xúc của người khác

• Lúc 6 tháng tuổi, trẻ con bắt đầu nhận biết cảm xúc đi kèm với sự thể hiện trên nét mặt khác nhau. Trẻ con sử dụng thông tin này để đánh giá tình huống lạ. Ngoài tuổi ẵm ngửa, trẻ con hiểu được nhân quả của các cảm xúc khác nhau.



Tương tác với người khác

Niềm vui khi chơi đùa

• Khi trẻ con để ý và phản ứng với người khác nhưng sự tương tác thật sự đầu tiên vào khoảng 12 – 15 tháng, dưới hình thức trò chơi song hành, trong đó đứa trẻ biết đi chập chững chơi một mình trong khi quan sát các đứa trẻ khác. Một vài tháng sau, trò chơi xã hội đơn giản xuất hiện, trong đó đứa trẻ biết đi chập chững tham gia các hoạt động tương tự và tương tác với người khác. Vào khoảng 2 tuổi, trò chơi hợp tác được sắp xếp quanh một chủ đề trở nên phổ biến. Trò chơi giả vờ cũng phổ biến, ngoài việc vui đùa ra, giả vờ còn giúp trẻ con tìm hiểu các chủ đề làm mình sợ.

Học cách hợp tác

• Hợp tác trở nên phổ biến hơn khi trẻ lớn lên. Trẻ con hợp tác dễ hơn nếu được chứng minh rằng hợp tác là hiệu quả và nếu bạn đồng tuổi đáp ứng với sự hợp tác của trẻ con bằng sự hợp tác hơn nữa. Hợp tác cũng chịu ảnh hưởng của giá trị xã hội, hợp tác phổ biến hơn trong các nền văn hóa đề cao sự hợp tác hơn là ganh đua.

Giúp đỡ người khác

• Hành vi ủng hộ xã hội chẳng hạn giúp đỡ hoặc chia sẻ phổ biến hơn ở trẻ con hiểu được (chấp nhận quan điểm) và cảm nhận được (thấu cảm) cảm giác của người khác.

• Hành vi ủng hộ xã hội có nhiều khả năng xảy ra hơn khi đứa trẻ cảm thấy mình có trách nhiệm đối với người đau khổ. Trẻ con giúp đỡ thường xuyên hơn khi nó nghĩ rằng mình có kỹ năng cần thiết, khi trẻ con cảm thấy vui hoặc thành công, và khi cái giá phải trả của sự giúp đỡ nhỏ.

• Bố mẹ có thể nuôi dưỡng hành vi ủng hộ xã hội ở con trẻ bằng cách sử dụng lập luận trong khi kỷ luật, bằng cách làm mô hình mẫu cho hành vi ủng hộ xã hội, và bằng cách khen con trẻ khi có hành động ủng hộ xã hội.



Vai trò giới tính và nhận biết giới tính

Hình ảnh nam và nữ giới: thực tế và tưởng tượng

• Suy nghĩ rập khuôn về giới tính là suy nghĩ về nam và nữ giới thường sử dụng để tham khảo về một người, hoàn toàn dựa vào giới tính của người ấy. Nghiên cứu sự khác nhau giới tính cho thấy con gái có kỹ năng diễn đạt bằng lời giỏi hơn và có điểm cao trong môn toán hơn nhưng con trai có kỹ năng không gian tốt hơn và đạt điểm cao trong các kỳ tìm hiểu toán. Con gái dễ bị ảnh hưởng xã hội hơn nhưng con trai gây hấn hơn. Những khác nhau này thay đổi trên cơ sở nhiều yếu tố bao gồm giai đoạn lịch sử.

Phân loại giới tính

• Bố mẹ đối xử với con gái và con trai như nhau ngoại trừ trong những hoạt động phân loại giới tính. Bố đặc biệt quan tâm đến phân loại giới tính vì bố có nhiều khả năng đối xử với con trai và con gái khác nhau hơn.

• Trong thuyết của Kohlberg, trẻ con dần dần hiểu rằng giới tính ổn định qua thời gian và không thể thay đổi theo ý muốn cá nhân. Sau khi trẻ con hiểu tính ổn định giới tính thì nó bắt đầu hiểu hành vi điển hình của giới tính. Theo thuyết sơ đồ giới tính, trẻ con hiểu giới tính bằng cách chú ý đến các hành vi của thành viên cùng phái với mình và phớt lờ hành vi của thành viên khác phái.

Phát triển vai trò giới tính

• Vai trò giới tính đang thay đổi. Tuy nhiên, nghiên cứu các gia đình không theo truyền thống biểu thị một số thành phần trong suy nghĩ rập khuôn về giới tính thường dễ thay đổi hơn các phần khác.

TỪ KHÓA

hi vọng
ý chí
mục đích
Tập tính học
quyến luyến
quyến luyến yên tâm
quyến luyến né tránh
quyến luyến chống đối
quyến luyến phá rối (mất định hướng)
mô hình hoạt động nội tâm
cảm xúc cơ bản
cười xã hội
sợ người lạ
cảm xúc phức tạp
tham khảo xã hội
trò chơi song hành
trò chơi xã hội đơn giản
trò chơi hợp tác
hành vi ủng hộ
hành động vị tha
sự thấu cảm
khen khuynh hướng
vai trò xã hội
suy nghĩ rập khuôn về giới tính

nhận dạng giới tính

gọi tên giới tính

tính ổn định giới tính

tính không đổi giới tính

thuyết sơ đồ giới tính

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BRAZELTON, T. B., & CRAMER, R. (1990). *The earliest relationship.* Reading, MA: Addison-Wesley. Sách này, do một bác sĩ nhi khoa nổi tiếng cùng đồng nghiệp biên soạn, minh họa ấn tượng quyến luyến trong suốt các nghiên cứu mẫu sinh động

ERIKSON, E. H. (1982). *The life cycle completed: A review.* New York: Norton. Erikson tóm tắt thuyết của mình.

GOLOMBOK, S., & FIVUSH, R. (1994). *Gender development.* New York: Cambridge University Press. Tác giả cung cấp một cái nhìn khái quát toàn diện về cái cách và tại sao bé trai và bé gái phát triển khác nhau. Tiếp cận của của họ rất cân đối và nhấn mạnh đến ảnh hưởng tương tác của các tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội đối với sự phát triển giới tính.

SCARR, S. (1984). *Mother care, other care.* New York: Basic Books. Một nhà điều tra hàng đầu tác động của chăm sóc ban ngày ở trẻ điểm lại nghiên cứu, mô tả các yếu tố của chăm sóc chất lượng cao, và cho biết cách có được sự chăm sóc như thế. Viết bằng văn phong dễ hiểu.



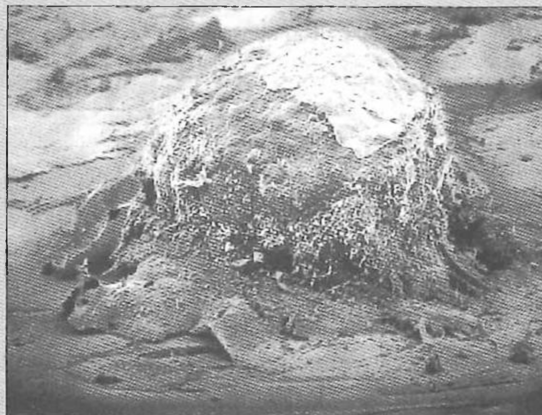
ĐIỂM QUA SỰ PHÁT TRIỂN:

TÓM TẮT BẰNG HÌNH ẢNH

Sự phát triển trước khi sinh, tuổi ẵm ngửa và đầu thời thơ ấu

Tác động Sinh học

Tác động Sinh học rất sâu sắc trong suốt giai đoạn này. Tác động Sinh học được nhìn thấy trong sự phát triển cơ thể trước và sau khi sinh, trong các phản xạ bảo vệ trẻ sơ sinh và giúp trẻ sơ sinh thich nghi với đời sống bên ngoài tử cung, trong sự khác nhau tính khí ở trẻ và trong sự xuất hiện các cảm xúc cơ bản trong tuổi ẵm ngửa.



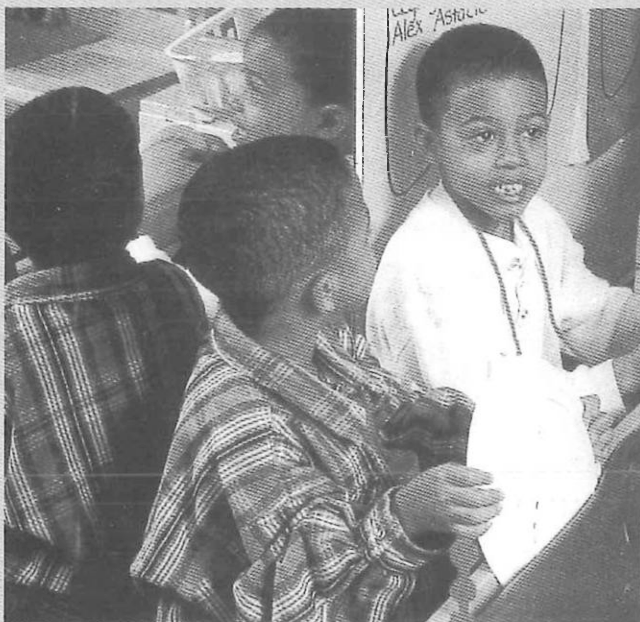
Vào khoảng 2 tuần sau khi thụ thai, trứng đã thụ tinh được cấy vào thành tử cung, đánh dấu sự khởi đầu giai đoạn phôi, thời điểm hình thành các bộ phận chính trên cơ thể.

Tác động tâm lý

Tác động tâm lý trở nên quan trọng hơn trong suốt giai đoạn này khi kỹ năng suy nghĩ của trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con biết đi chập chững trở nên thuyết phục hơn. Piaget nhấn mạnh rằng thậm chí trẻ con còn nhỏ cũng tạo ra thuyết đơn giản về thế giới. Khi đứa trẻ phát triển, những thông tin trở nên tinh vi hơn và bao gồm các mô hình mối quan hệ với người khác, khái niệm về cái tôi và thuyết Trí tuệ.

Tác động văn hóa xã hội

Bắt đầu bằng tác động của tác nhân gây quái thai đối với sự phát triển trước khi sinh và tiếp tục với sự hình thành tình cảm quyến luyến giữa mẹ – con, với lợi ích tập luyện nắm vững kỹ năng vận động của trẻ con biết đi chập chững, và với sự hợp tác giữa người mới học và chuyên gia vốn là đặc điểm chính trong thuyết của Vygotsky, tác động văn hóa xã hội tiếp tục định hình sự phát triển của trẻ con.

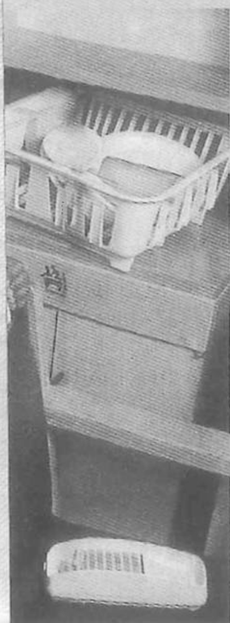




Bất chấp nhiều sự khuyến khích của mẹ, hầu hết trẻ con từ chối không chịu băng qua "cạnh sâu" của vách thị giác. Sự từ chối của đứa trẻ cho thấy nó có khả năng nhận biết chiều sâu.



Một khi đứa trẻ bắt đầu nói, nó học từ mới rất nhanh vì trẻ con sử dụng các qui tắc đơn giản để kết hợp tên với đồ vật.



Giả vờ phổ biến trong suốt những năm trước tuổi đến trường và ngoài vui thú ra, sự giả vờ còn thúc đẩy sự phát triển nhận thức và giúp đứa trẻ tìm hiểu các chủ đề mang đầy cảm xúc.

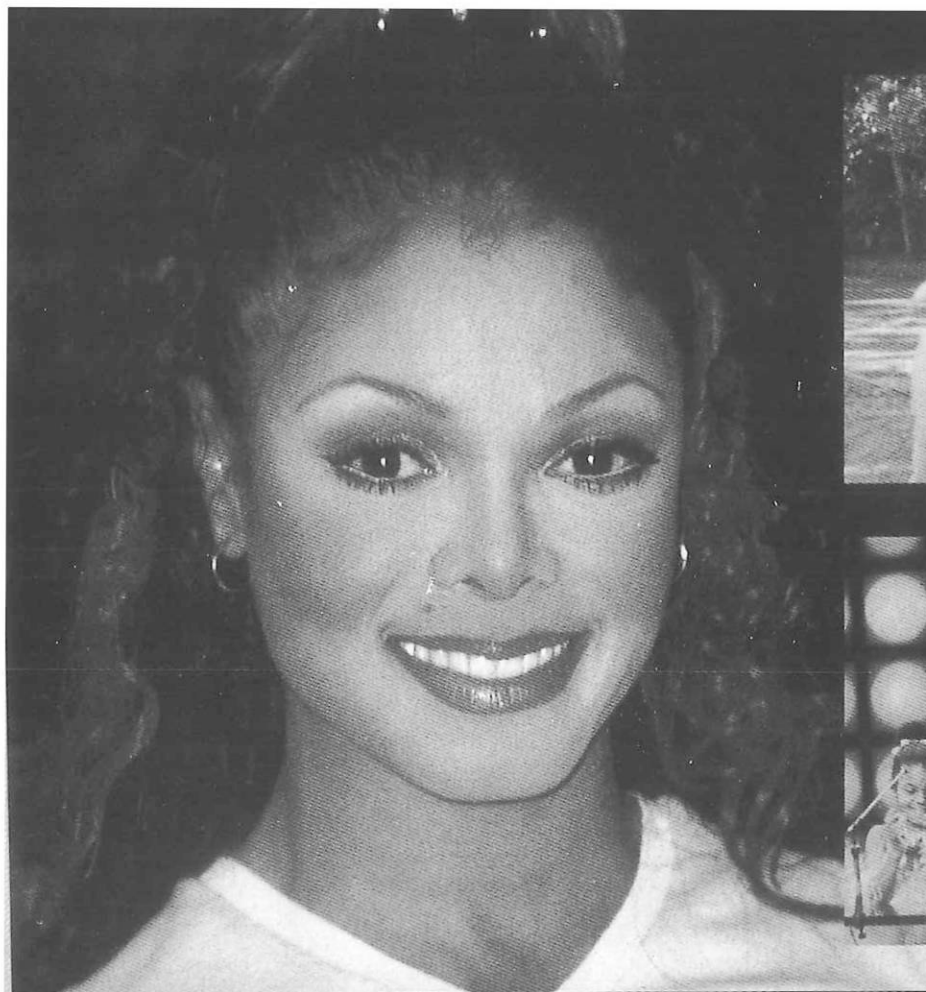
ĐỘ TUỔI ĐẾN TRƯỜNG VÀ THỜI THANH NIÊN

CẬN CẢNH

Janet Jackson là con gái thứ 9 và cũng là con út của Joe và Katherine Jackson. Vào lúc Janet trước tuổi đến trường, anh trai của cô, Jackson Five, đã có một bài hát thành công vang dội. Trước tiên Janet nổi tiếng trong tư cách nữ diễn viên truyền hình. Khi 9 tuổi, cô đóng trong phim *Good Times,* một vài năm sau, cô có vai diễn trong phim *Different Strokes.* Ở tuổi thiếu niên, Janet được mời thu âm 3 album nhạc. Album đầu tiên không mấy thành công, nhưng album thứ ba, *Control,* được xếp trong 10 hạng đầu và có nhiều ca khúc hạng top – ten. Sự nghiệp ca hát của cô phát triển cực nhanh và hiện nay cô là một trong số các ca sĩ nổi tiếng và thành công nhất trên thế giới.

Thời thơ ấu và tuổi thanh niên của Janet rất đặc biệt, nhưng thời thơ ấu và tuổi thanh niên là thời điểm thay đổi rất sâu sắc ở mọi trẻ em. Vào đầu thời thơ ấu, phần lớn trẻ con vẫn sống lệ thuộc vào bố mẹ, hiếm khi đi xa khỏi nhà, và tương lai vẫn chưa chắc chắn, vào cuối tuổi thanh niên, phần lớn đã sống



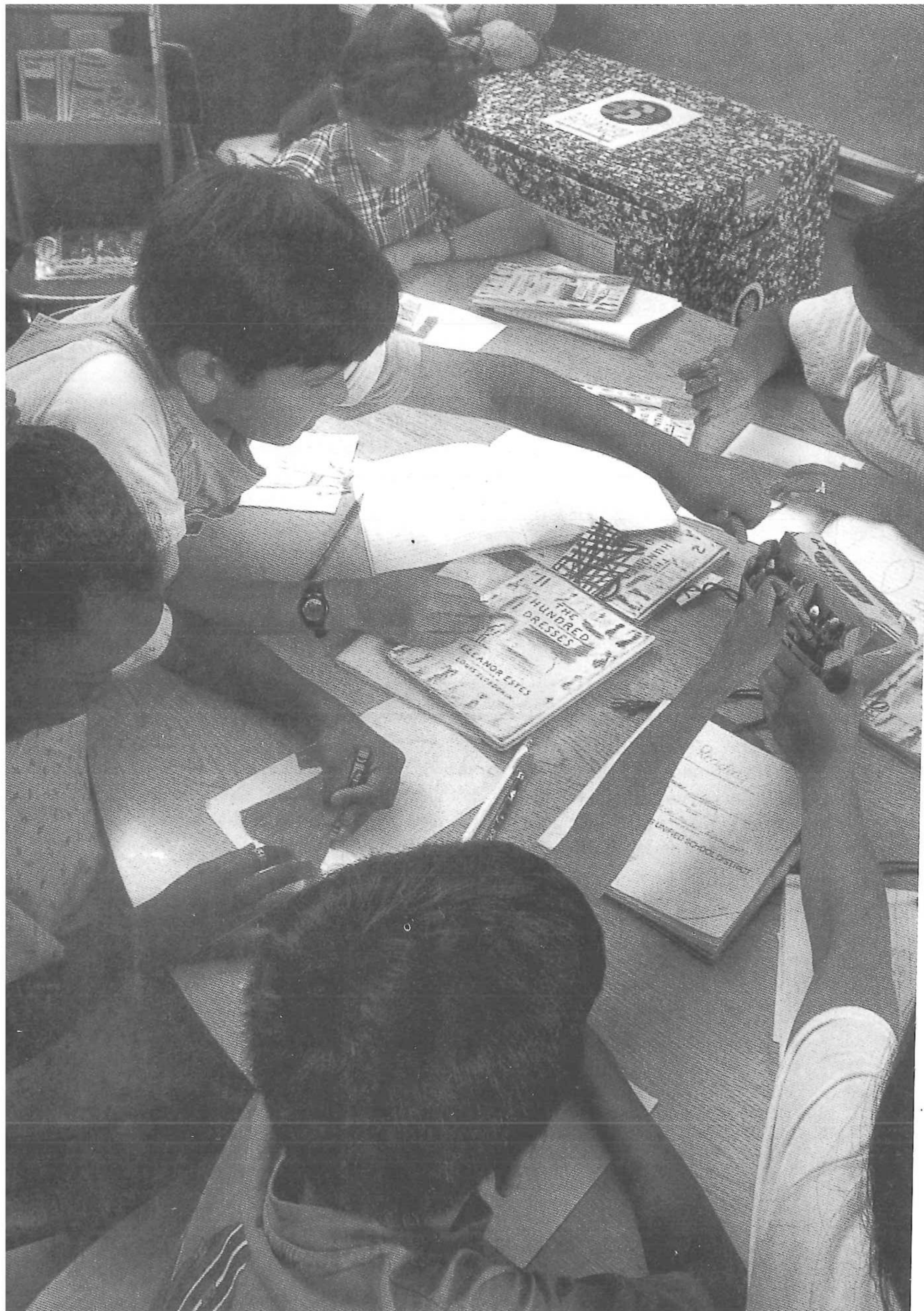






độc lập, thường đi chơi xa và có mục tiêu cho những năm sau này. Bạn sẽ tìm hiểu nhiều hơn về giai đoạn phát triển đáng lưu ý này trong các chương 6 – 8. Bạn sẽ hiểu tác động Sinh học, tâm lý và xã hội định hướng sự chuyển tiếp từ một đứa trẻ ngây thơ thành một thanh niên trưởng thành như thế nào.




THE HUNDRED DRESSES
ELEANOR ESTES
UNIFIED SCHOOL DISTRICT

CHƯƠNG 6

TUỔI ĐẾN TRƯỜNG

Tất cả trẻ con Mỹ từ 5 – 6 tuổi chạy lon ton đến trường mẫu giáo, bắt đầu cuộc hành trình học vấn kéo dài 13 năm trở lên. Khi cuộc hành trình bắt đầu, nhiều em chỉ đọc được một vài từ và không biết làm toán nhưng cuối cuộc hành trình, hầu hết có thể đọc nguyên cả quyển sách và còn biết các phép tính đại số và hình học nữa. Sự nắm vững kỹ năng học thuật phức tạp này là điều có thể vì những thay đổi sâu sắc trong suy nghĩ của trẻ con thay đổi được mô tả trong phần đầu tiên của chương này.

Đối với hầu hết trẻ con độ tuổi đi học ở Mỹ, trắc nghiệm trí năng và khả năng học tập là một phần thông thường trong cuộc hành trình học vấn này. Trong phần thứ hai của chương này, bạn sẽ tìm hiểu trắc nghiệm đánh giá điều gì và tại sao một số trẻ con có điểm kém trong trắc nghiệm. Trong phần thứ ba bạn sẽ tìm hiểu trắc nghiệm thường được sử dụng ra sao để nhận dạng trẻ độ tuổi đi học có nhu cầu đặc biệt hoặc không điển hình gì.

Chúng ta kết thúc bằng một khảo sát kinh nghiệm giáo dục hiện có ở Mỹ. Trong phần này, bạn sẽ tìm hiểu một số thông lệ giáo dục như để khuyến khích việc học hành của lớp trẻ.

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Đặc điểm suy nghĩ dễ phân biệt trong các giai đoạn hoạt động cụ thể và hoạt động chính thức của Piaget là gì?**
- **Một số hạn chế trong giải thích suy nghĩ của Piaget trong giai đoạn hoạt động chính thức là gì?**
- **Trẻ con sử dụng chiến lược cải thiện học tập và ghi nhớ như thế nào?**
- **Vai trò giám sát trong học tập và ghi nhớ thành công là gì?**

Phát triển nhận thức

Suy nghĩ tinh vi hơn: phiên bản của Piaget

Chiến lược xử lý thông tin trong học tập và ghi nhớ

ADRIAN, *một học sinh lớp 6 đang học trung học, tham dự trắc nghiệm các môn xã hội đầu tiên trong đời nhưng rớt. Cậu bé bị sốc vì đã quên kiến thức cơ bản ở tiểu học. Adrian hiểu rằng chỉ đọc thoáng qua chương sách một lần trước khi tìm hiểu cũng không ăn thua gì khi học trung học nhưng cậu không biết mình nên làm gì nữa.*

Bạn đã đi được khoảng 1/3 đoạn đường trong sách này và cũng nên nghỉ giải lao. Hãy đọc câu chuyện vui này.

> Ông Jones bước vào nhà hàng gọi nguyên một suất bánh pizza cho bữa ăn chiều.Khi nhân viên phục vụ hỏi ông có cần cắt bánh ra thành 6 hoặc 8 phần hay không thì ông Jones đáp: "Thì tốt nhất anh cắt thành 6! Tôi không bao giờ ăn hết 8 phần đâu!" (McGhee, 1976, trang 422).

Dĩ nhiên, đây không phải là chuyện thật vui. Tuy nhiên, nhiều trẻ con 6 đến 8 tuổi nghĩ rằng câu chuyện này nghe xong cười bể bụng. Để tìm hiểu tại sao trẻ con cho rằng câu chuyện này vui đến như thế và để tìm hiểu nhiều hơn về kỹ năng phục hồi lại điểm trong các môn xã hội của Adrian, chúng ta cần tìm hiểu nhiều hơn về sự phát triển nhận thức. Chúng ta bắt đầu bằng thuyết của Piaget, rồi sau đó khảo sát giải thích xử lý thông tin.

SUY NGHĨ TINH VI HƠN: PHIÊN BẢN CỦA PIAGET

Có lẽ bạn vẫn còn nhớ Jean Piaget trong chương 1 và 4. Piaget cho rằng suy nghĩ phát triển trong một chuỗi các giai đoạn. Hai giai đoạn đầu tiên, suy nghĩ vận động nhận cảm và tiền hoạt động, ở tuổi ẵm ngửa và những năm trước tuổi đến trường. Trong các trang sau, chúng tôi mô tả hai giai đoạn còn lại, hoạt động cụ thể và hoạt động chính thức, áp dụng cho trẻ con độ tuổi đến trường và tuổi thanh niên.

Giai đoạn hoạt động cụ thể

Chúng ta bắt đầu bằng cách ôn lại 3 hạn chế quan trọng trong suy nghĩ tiền hoạt động được mô tả trong chương 4:

- Trẻ con trước tuổi đến trường có tính tự đề cao mình, nghĩ rằng người khác nhìn thế giới cũng giống như mình.

- Trẻ con trước tuổi đến trường đôi khi nhầm lẫn giữa vẻ ngoài với thực tế.
- Trẻ con trước tuổi đến trường không thể đảo ngược suy nghĩ của mình.

Không có hạn chế nào trong số này áp dụng cho đứa trẻ trong giai đoạn hoạt động cụ thể, phát triển từ khoảng 7 đến 11 tuổi. Tính tự đề cao mình biến mất dần. Tại sao? Khi đứa trẻ có nhiều kinh nghiệm với bạn bè và anh chị em ruột khẳng định quan điểm của riêng mình về thế giới thì nó nhận biết rằng quan điểm của mình không phải là quan điểm duy nhất (LeMare & Rubin, 1987). Biết rằng sự kiện có thể giải thích theo nhiều cách khác nhau dẫn đến việc nhận biết rằng vẻ ngoài có thể đánh lừa. *Suy nghĩ cũng có thể đảo ngược vì trẻ con độ tuổi đến trường có được* hoạt động suy nghĩ, *vốn là hành động có thể thực hiện công việc đồ vật hoặc quan điểm và luôn thu được kết quả nhất quán.* Hãy nhớ lại trong chương 4 trong công việc chuyện trò, trẻ con hoạt động cụ thể hiểu rằng lượng chất lỏng bằng nhau sau khi rót vào cốc khác, hiểu rằng động tác rót có thể đảo ngược.

Lúc này bạn có thể hiểu được tại sao trẻ con 7 tuổi cười thật to khi nghe chuyện cắt bánh pizza thành 6 phần thay vì 8. Hãy xem câu chuyện vui như một câu đố trong đó mục đích là phải xác định tại sao một nhận xét cụ thể lại buồn cười hoặc phi lý. Nói chung, người ta thích chuyện vui không đơn giản quá cũng không phức tạp quá. Chuyện vui hiệu quả nhất khi bao gồm mức độ khó trung bình (Brodzinsky & Rightmyer, 1980). Đối với trẻ con vừa bước vào giai đoạn hoạt động cụ thể, việc biết rằng số lượng bánh pizza đều như nhau cho dù cắt thành 6 hay 8 phần đi nữa cũng đều là đầu đề câu chuyện hiểu biết vừa mới có của mình, vì thế chúng cười (McGhee, 1976).

Trong phần đề cập giai đoạn hoạt động cụ thể, chúng ta nhấn mạnh thuận lợi ở trẻ con có hoạt động suy nghĩ. Đồng thời, như tên gọi, suy nghĩ hoạt động cụ thể hạn chế ở vấn đề hữu hình, có thực, ngay tại đây, vào lúc này. Trẻ con hoạt động cụ thể chọn "cách tiếp cận giải quyết vấn đề thực tế, trước mắt, cụ thể, suy nghĩ thực dụng..." (Flavell, 1985, trang 98). Suy nghĩ trừu tượng, theo giả thuyết vượt quá khả năng của trẻ con hoạt động cụ thể, những kỹ năng này được có được trong giai đoạn hoạt động chính thức, như bạn sẽ chứng kiến trong phần sau.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Piaget, Freud, và Erikson mỗi người đề xuất các giai đoạn khác nhau đối với trẻ 7 - 11 tuổi. Các giai đoạn họ đề xuất giống nhau ra sao? Khác nhau ra sao?

Giai đoạn hoạt động chính thức

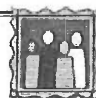
Với sự khởi đầu giai đoạn hoạt động chính thức, phát triển từ khoảng 11 tuổi đến tuổi trưởng thành, trẻ con và tuổi thanh niên phát triển vượt khỏi suy nghĩ về vấn đề cụ thể và có thực. Thay vào đó, đứa trẻ áp dụng hoạt động tâm lý vào các thực thể trừu tượng, trẻ con có khả năng suy nghĩ theo giả thuyết và lập luận trừu tượng (Bond, 1995).

Để minh họa những khác nhau này, chúng ta hãy khảo sát cách giải quyết vấn đề, trong đó thanh niên hoạt động chính thức thường chọn một tiếp cận khác hẳn với trẻ con hoạt động cụ thể. Trong một trong những thí nghiệm của Piaget (Inhelder & Piaget, 1958), trẻ con và thanh niên được cho xem nhiều chiếc lọ, mỗi lọ chứa chất gì đó trông có vẻ giống nhau. Người ta yêu cầu phải kết hợp các chất lỏng ấy lại để có được một chất lỏng màu xanh trời, trẻ con được yêu cầu xác định cách kết hợp cần thiết. Một đứa trẻ trong giai đoạn hoạt động cụ thể điển hình, như trẻ trong ảnh (trang 246), lao vào, pha chất lỏng ở



các lọ khác nhau theo cách rất mạo hiểm. Trái lại, thanh niên hoạt động chính thức hiểu rằng giải quyết vấn đề theo nghĩa trừu tượng là điều quan trọng. Vấn đề thật ra không phải về việc rót chất lỏng mà là sự kết hợp các thành phần khác nhau cho đến khi kiểm tra tất cả cách kết hợp có thể. Vì thế một thiếu niên có thể hòa chất lỏng từ lọ thứ nhất với chất lỏng trong các lọ khác. Nếu sự kết hợp này không tạo ra chất lỏng màu xanh trời thì thiếu niên sẽ có khả năng cho rằng chất lỏng trong lọ thứ nhất không phải là thành phần cần thiết của sự hòa trộn. Bước kế tiếp là phải hòa chất lỏng trong lọ thứ hai với từng chất lỏng còn lại. Một người suy nghĩ hoạt động chính thức sẽ tiếp tục theo cách này cho đến khi tìm ra một đôi quyết định tạo ra chất lỏng màu xanh trời. Đối với thanh niên, vấn đề không phải là một trong những hành động rót và hòa cụ thể. Thay vào đó, họ hiểu rằng điều này bao gồm việc nhận biết các kết hợp có thể rồi sau đó đánh giá từng kết hợp một. Loại lập luận kết hợp của thanh niên này được minh họa trong phần Người thật việc thật.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: LẬP LUẬN KẾT HỢP DÀNH CHO CHỦNG TỘC



Trong tư cách một người 15 tuổi, một trong số các tác giả (RK) làm nghề phát hành báo *Indianapolis Star. Vào mùa xuân năm 1965, tờ báo công bố cuộc thi dành cho những* người phát hành báo. Công việc là phải liệt kê hầu hết các từ tạo ra từ các chữ có trong từ "SAFE RACE". Bất kỳ ai liệt kê nhiều từ nhất sẽ được thưởng hai vé xem cuộc đua ô tô Indianapolis 500.

Kail biết rằng đây là vấn đề trong lập luận kết hợp. Tất cả những gì anh cần làm là tạo ra tất cả các kết hợp có thể của chữ rồi sau đó tra từ điển. Áp dụng quá trình này, anh giành chiến thắng (hoặc tệ nhất cũng hòa). Vì thế anh tạo ra danh sách các từ có thể thật dài, bắt đầu bằng từng chữ một rồi sau đó tất cả các kết hợp có thể của hai từ, rồi tiếp tục chuyển sang tất cả các kết hợp có thể gồm tám chữ (như SCAREEFA, SCAREEAF). Đây là công việc đơn điệu nhưng cũng còn đỡ hơn bước kế tiếp: tra tất cả những từ có thể ấy trong từ điển. (nên nhớ rằng cuộc thi này có trước thời phần mềm kiểm tra chính tả vi tính ra đời). Nhiều tuần sau, anh tạo ra một danh sách gồm 126 từ. Theo dự đoán, một vài tháng sau, anh biết rằng mình giành chiến thắng. Lập luận kết hợp đã thành công!

Suy nghĩ tinh vi hơn của thanh niên cũng được thể hiện trong khả năng tạo ra kết luận thích hợp từ thực tế, được gọi là lập luận suy diễn. Giả sử chúng ta kể cho một người nghe hai câu trần thuật sau:

1. Nếu bạn dùng búa đập kính, kính sẽ vỡ.

2. Bạn đập vỡ kính bằng búa.

Kết luận chính xác là "kính sẽ vỡ" – một kết luận mà thanh niên hoạt động chính thức thường đạt được. Trẻ con hoạt động cụ thể đôi khi cũng đi đến kết luận này, nhưng dựa vào kinh nghiệm của mình chứ không phải vì kết luận mang tính logic cần thiết. Để biết được sự khái niệm, hãy tưởng tượng hai câu trần thuật sau:

1. Nếu bạn dùng lông chim đập kính, kính sẽ vỡ.
2. Bạn đập vỡ kính bằng lông chim.

Kết luận "kính sẽ vỡ" từ hai câu trần thuật này cũng logic như hai câu trần thuật đầu tiên. Tuy nhiên, trong trường hợp này, kết luận trái với thực tế – trái ngược với những gì mà kinh nghiệm cho chúng ta biết là đúng thực sự. Trẻ con 10 tuổi hoạt động cụ thể không chịu đi đến kết luận trái với thực tế đã biết trong khi trẻ con 15 tuổi hoạt động chính thức luôn đi đến kết luận như thế (Markovits & Vachon, 1989). Thiếu niên hoạt động chính thức hiểu rằng những vấn đề này là nói về trừu tượng không cần tương ứng với quan hệ thế giới thật. Trái lại, trẻ con hoạt động cụ thể đi đến kết luận trên cơ sở hiểu biết của mình về thế giới.

Phê bình quan điểm của Piaget

Như đã nêu trong chương 4, mặc dù Piaget cung cấp cho chúng ta một lý thuyết phát triển nhận thức duy nhất toàn diện nhất nhưng giải thích phát triển trí tuệ của ông trong những năm đầu đời, cũng như mô tả suy nghĩ hoạt động chính thức có một số khiếm khuyết. Chúng ta hãy khảo sát hai khía cạnh có vấn đề.

1. *Suy nghĩ hoạt động chính thức như một khả năng.* Đơn giản là vì thanh niên đạt đến giai đoạn hoạt động chính thức không có nghĩa là họ luôn lập luận ở mức độ này. Thanh niên (và người lớn) thường không lập luận logic, thậm chí khi họ có thể làm như thế và khi có lợi cho mình (Klaczynski & Narasimham, 1998). Chẳng hạn, thanh niên thường thể hiện lập luận tinh vi hơn khi vấn đề thích hợp với cá nhân họ hơn là vấn đề không thích hợp (Ward & Overton, 1990). Bạn sẽ thấy trong chương 8, suy nghĩ của thanh niên đôi lúc tự đề cao mình và phi lý. Do đó, giải thích hoạt động chính thức của Piaget thực ra là mô tả cách thanh niên suy nghĩ chứ không phải cách họ luôn hoặc thậm chí thường suy nghĩ.
2. *Hoạt động chính thức như điểm cuối.* Phát triển nhận thức hoàn chỉnh ở tuổi 12 hoặc 13 theo thuyết của Piaget. Sau khi thanh niên đạt đến mức độ hoạt động chính thức thì người ta cho rằng suy nghĩ của họ vẫn như cũ về chất. Dĩ nhiên, người ta tiếp tục thủ đắc nhiều kiến thức và kỹ năng hơn nhưng các quá trình suy nghĩ cơ bản không thay đổi, theo Piaget. Nhiều lý thuyết gia phê phán khía cạnh này của thuyết của Piaget và đưa ra những thay đổi phát triển chi tiết trong suy nghĩ vào cuối tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành (Moshman, 1998), chúng ta sẽ đề cập trong Chương 9.

Vì những hạn chế này trong thuyết của Piaget, chúng ta cần khảo sát các tiếp cận khác để hoàn chỉnh giải thích phát triển trí tuệ trong thời thơ ấu và tuổi thanh niên. Trong các trang sau, chúng ta sẽ tập trung vào tiếp cận xử lý thông tin đã được khảo sát trong Chương 4.

CHIẾN LƯỢC XỬ LÝ THÔNG TIN TRONG HỌC TẬP VÀ GHI NHỚ

Có thời một trong số chúng tôi viết bốn trang sách này ắt hẳn phải khiến Hemingway ganh tị, khi một điều không thể suy nghĩ xảy ra: đang sử dụng máy vi tính, cúp điện, tất cả những từ tuyệt vời ấy mất sạch. Ước gì trang sách được chép vào đĩa cứng.

Câu chuyện buồn này ấn định giai đoạn đối với một vấn đề chính trong tiếp cận xử lý thông tin. Bạn nhớ lại từ chương 4, các nhà Tâm lý học xử lý thông tin cho rằng sự phát triển nhận thức gia tăng bằng cách tăng dần tính hiệu quả trong xử lý thông tin của trẻ.

Một trong những vấn đề quan trọng trong tiếp cận này là phương tiện giúp trẻ lưu trữ thông tin vào bộ nhớ thường trực và truy cập thông tin sau này khi cần. *Nghĩa là theo các nhà Tâm lý học xử lý thông tin, hầu hết suy nghĩ ở con người diễn ra trong* trí nhớ hoạt động, *nơi một số lượng suy nghĩ và khái niệm tương đối nhỏ có thể lưu trữ trong một thời gian ngắn.* Khi đọc những câu này chẳng hạn, thông tin đang được lưu trữ trong trí nhớ hoạt động. Tuy nhiên, khi đọc các câu bổ sung, chúng thay thế nội dung các câu đã đọc trước đây. *Để giúp bạn hiểu được thông tin này, thông tin phải được chuyển sang* trí nhớ dài hạn *một kho lưu trữ kiến thức thường trực có dung lượng vô hạn.* Nếu thông tin bạn đọc không được chuyển sang trí nhớ dài hạn thì thông tin ấy bị mất đi giống như các trang sách của chúng tôi bị biến mất khỏi bộ nhớ của máy tính khi cúp điện.

Chiến lược nhớ

Làm cách nào bạn cố hiểu được thông tin trong sách giáo khoa này hoặc trong sách giáo khoa khác? Nếu bạn giống như sinh viên trong ảnh, có lẽ bạn sử dụng một số kết hợp các câu quan trọng nổi bật, phác họa chương, ghi chú, viết tóm tắt và tự kiểm tra đây là những chiến lược học tập hiệu quả giúp bạn dễ lưu trữ thông tin trong sách giáo khoa vào trí nhớ dài hạn.



Trẻ con bắt đầu sử dụng chiến lược đơn giản khá sớm. Chẳng hạn, trẻ con 7 – 8 tuổi sử dụng ôn tập, chiến lược lặp đi lặp lại thông tin cần phải nhớ. Khi trẻ con lớn lên, nó học các chiến lược nhớ khác, và nó cũng học được khi nào sử dụng chiến lược này tốt nhất. Nghĩa là, trẻ con và thanh niên bắt đầu nhận biết các đặc điểm riêng biệt của các vấn đề nhớ khác nhau và tưởng tượng chiến lược nhớ nào là thích hợp nhất. Chẳng hạn, khi đọc một sách giáo khoa hoạt động nghe tin tức truyền hình, mục đích là phải nhớ các điểm chính chứ không phải nhớ từng câu, từng chữ. Ở đây ôn tập không tác dụng. Tuy nhiên, phác họa hoặc viết tóm tắt có tác dụng tốt trong những trường hợp này, vì những chiến lược như thế nhận dạng điểm chính và gom chúng thành nhóm (Kail, 1990).

Vì thế, học tập và ghi nhớ thành công bao gồm việc nhận dạng mục tiêu vấn đề nhớ và chọn chiến lược phù hợp. Theo như bạn nghĩ, trẻ con còn nhỏ đôi khi đánh giá sai mục tiêu trong công việc nhớ, vì thế chọn một chiến lược không phù hợp (Lovett & Pillow, 1996; McGilly & Siegler, 1990). Hoặc trẻ con có thể biết công việc nhớ nhưng không chọn chiến lược tốt nhất. Những kỹ năng này cải thiện dần trong thời thơ ấu và tuổi thanh niên, nhưng thậm chí học sinh trung học không phải lúc nào cũng sử dụng chiến lược học tập hiệu quả khi cần thiết (Slate, Jones, & Dawson, 1993).

Những thay đổi phát triển này có thể nhìn thấy trong nghiên cứu trong đó trẻ con và thanh niên học hai chiến lược nhớ. Một hiệu quả đối với tài liệu cần học còn một thì không. Sau đó đứa trẻ có dịp sử dụng từng chiến lược. Sau này, khi được yêu cầu học cùng một tài liệu nhiều hơn nữa thì trẻ con 11 – 12

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Thành phần nào trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội được nhấn mạnh trong tiếp cận xử lý thông tin phát triển nhận thức?

tuổi thường chọn chiến lược hiệu quả hơn. Trái lại, trẻ con còn nhỏ sử dụng cả hai chiến lược một cách không thể phân biệt, rõ ràng không hiểu rằng chỉ có một chiến lược là phù hợp với tài liệu (McGivern và người khác, 1990).

Giám sát

Học tập có nhiều khả năng xảy ra khi học sinh đánh giá sự tiến bộ của mình hướng về mục tiêu của công việc nhớ. Nghĩa là, học sinh cần giám sát tính hiệu quả của chiến lược mình đã chọn. Chiến lược có tác dụng không? Nếu không, học sinh phải bắt đầu lại, phân tích lại công việc nhớ để chọn một tiếp cận hiệu quả hơn. Nếu chiến lược có tác dụng thì phải xác định bộ phận nào trong tài liệu mà mình chưa nắm vững để tập trung nỗ lực vào.

Giám sát kỹ năng dần dần cải thiện cùng với độ tuổi. Chẳng hạn, học sinh tiểu học nhận dạng chính xác tài liệu mình chưa học nhưng không tập trung nỗ lực của mình vào tài liệu này (Kail, 1990).

Sơ đồ bên dưới tóm tắt tất cả những sự kiện này và chuỗi các sự kiện diễn ra. Bắt đầu bằng việc phân tích một công việc để xác định mục tiêu, người ta chọn ra một chiến lược phù hợp rồi sau đó giám sát tính hữu dụng của nó cho đến khi làm xong công việc. Trong suốt thời thơ ấu và tuổi thanh niên, cá nhân dần dần thành thạo hơn trong từng kỹ năng này, cũng như tinh thông hơn trong việc kết hợp chúng.



Có lẽ điều này có một chuỗi quen thuộc đi kèm. Có thể vì sơ đồ tóm tắt một tập hợp kỹ năng học tập quan trọng. Phân tích, chiến lược hóa và giám sát là những yếu tố chính trong học tập hiệu quả. Mục tiêu nghiên cứu thay đổi khi bạn chuyển từ sách này sang sách giáo khoa toán rồi chuyển sang đọc tiểu thuyết, nhưng chuỗi cơ bản vẫn giữ nguyên. Nghiên cứu luôn nên bắt đầu bằng sự hiểu biết rõ ràng mình đang cố đạt đến mục tiêu gì vì điều này ấn định giai đoạn cho tất cả sự kiện tiếp theo sau. Chúng ta thường thấy học sinh như Adrian – học sinh trong phần minh họa – chỉ đọc tài liệu sách giáo khoa không có khái niệm rõ ràng nào nên rút ra điều gì trong khi đọc. Thay vào đó, học sinh phải là người đọc chủ động (Adams, Treiman, & Pressley, 1998). Luôn học tập có kế hoạch. Hãy bắt đầu bằng cách đọc lướt qua sách giáo khoa để làm quen với tài liệu. Trước khi bạn đọc kỹ hơn, hãy cố dự đoán một số chủ đề mà tác giả sẽ đề cập chi tiết. Khi bạn đến những chỗ nghỉ tự nhiên trong tài liệu, hãy cố tóm tắt mình đã đọc được gì và nghĩ đến câu hỏi mà giáo viên sẽ đưa ra. Sau cùng, khi không hiểu điều gì đó, trong sách giáo khoa, bạn hãy dừng lại xem mình không hiểu ở đâu. Có thể bạn không biết nghĩa của một từ. Có thể bạn bỏ sót hoặc hiểu lầm phần trước của tài liệu. Bằng cách đọc tích cực, chủ động, áp dụng các chiến lược như thế này, bạn có nhiều khả năng hiểu và nhớ những gì mình đã đọc (Adams và người khác, 1998; Brown và người khác, 1996).

TỰ KIỂM TRA

1. Trong giai đoạn ______ của Piaget, trước tiên trẻ con có khả năng trình bày các đối tượng theo nhiều cách khác nhau và có thể thực hiện hoạt động suy nghĩ.
2. Lập luận theo giả thuyết và suy diễn là đặc điểm của trẻ con trong giai đoạn ______ của Piaget.
3. Giải thích hoạt động chính thức của Piaget bị chỉ trích vì lập luận của thanh niên thường không tinh vi như thuyết dự đoán và vì ______.
4. Trẻ con và thanh niên thường chọn chiến lược nhớ sau khi ______.
5. Từ ______ ám chỉ sự đánh giá một chiến lược theo chu kỳ để xác định xem chiến lược có hiệu quả hay không.
6. Thanh niên hoạt động chính thức có khả năng lập luận tưởng tượng. Khả năng này giúp thanh niên sử dụng kỹ năng học tập trong sơ đồ đầu trang này hiệu quả hơn như thế nào?

Trả lời: (1) hoạt động cụ thể, (2) hoạt động chính thức, (3) giai đoạn hoạt động chính thức được mô tả như giai đoạn phát triển trí năng sau cùng, (4) xác định mục tiêu của công việc nhỏ, (5) giám sát

KHẢ NĂNG ĐẾN TRƯỜNG

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tại sao trắc nghiệm trí năng được phát triển đầu tiên? Có đặc điểm gì?**
- **Trắc nghiệm trí năng tác dụng tốt đến mức nào?**
- **Tính chất trí năng là gì?**
- **Điểm số trắc nghiệm khác nhau ra sao và tại sao ở các nhóm dân tộc và chủng tộc khác nhau?**
- **Di truyền và môi trường ảnh hưởng như thế nào đối với trí năng?**

Khả năng đến trường

Binet và phát triển trắc nghiệm trí năng

Trắc nghiệm có tác dụng không?

Thành phần trí năng

Tác động của chủng tộc, dân tộc và giai cấp xã hội

Các yếu tố di truyền và môi trường

CHARLENE, *một học sinh lớp 3 người Mỹ gốc Phi, với 75 điểm trong trắc nghiệm trí năng ở trường học. Dựa vào điểm số trắc nghiệm, nhà Tâm lý học cho rằng Charlene bị giảm thiểu trí năng nhẹ và nên được giáo dục đặc biệt. Bố mẹ của Charlene rất căm phẫn, họ cho rằng trắc nghiệm được soạn với thành kiến chống lại người Mỹ gốc Phi, vì thế điểm số thật vô nghĩa.*

Trường học ở Mỹ đối mặt với cuộc khủng hoảng vào đầu thế kỷ 20. Từ năm1890 đến 1915, học sinh đăng ký nhập học gần như tăng gấp đôi trên toàn quốc vì dòng người nhập cư và vì cải cách

hạn chế lao động trẻ em và đề cao giáo dục (Chapman, 1988). Với số lượng học sinh đăng ký tăng dần, giáo viên đối mặt với tình trạng số lượng học sinh tăng cao hơn bao giờ hết, và số này không dễ dạy như số học sinh "tuyển" đã làm trường lớp của mình nổi tiếng như trước đây. Làm sao giải quyết số học sinh "đần độn" là một trong những vấn đề cấp bách đối với các nhà giáo dục Mỹ hiện nay.

BINET VÀ PHÁT TRIỂN TRẮC NGHIỆM TRÍ NĂNG

Những vấn đề này không riêng gì ở nước Mỹ. Năm 1904 Bộ trưởng hướng dẫn công cộng ở Pháp mời hai nhà Tâm lý học nổi tiếng của thời đại, Alfred Binet và Theophile Simon, phát biểu có hệ thống một phương pháp nhận biết trẻ bất lực tập quen ở trường nếu không có hướng dẫn đặc biệt. Tiếp cận của Binet và Simon là chọn các công việc đơn giản mà trẻ em Pháp ở các độ tuổi khác nhau phải có khả năng thực hiện được chẳng hạn gọi tên màu sắc, đếm ngược và nhớ con số theo thứ tự. Dựa vào trắc nghiệm sơ bộ, Binet và Simon nhận dạng các bài toán mà trẻ 3 tuổi bình thường có thể giải được, còn trẻ con 4 tuổi trở lên giải được, v.v... Độ tuổi suy nghĩ *của trẻ con hoặc* MA *ám chỉ độ khó của bài toán mà đứa trẻ có thể giải đúng.* Trẻ con giải các bài toán mà trẻ con 7 tuổi bình thường giải được sẽ có MA của trẻ con 7 tuổi.

Binet và Simon sử dụng độ tuổi suy nghĩ để phân biệt đứa trẻ "sáng dạ" với "tối dạ". Đứa trẻ "sáng dạ" phải có MA của đứa trẻ lớn tuổi hơn – chẳng hạn, trẻ 6 tuổi có MA của đứa trẻ 9 tuổi. Đứa trẻ "tối dạ" có MA của đứa trẻ nhỏ tuổi hơn – chẳng hạn, trẻ 6 tuổi có MA của trẻ 4 tuổi. Binet và Simon khẳng định rằng đứa trẻ "sáng dạ" được nhận biết khi làm trắc nghiệm của họ trong trường học có kết quả tốt hơn đứa trẻ "tối dạ". Thế là – đây là cách đánh giá trí năng khách quan đầu tiên!

Trắc nghiệm Stanford-Binet

Lewis Terman, ở đại học Stanford, xem lại trắc nghiệm của Binet và Simon một cách cơ bản và đưa ra một phiên bản gọi là trắc nghiệm Stanford-Binet vào năm 1916. *Terman mô tả hoạt động như một* chỉ số thông minh, *hoặc* IQ, *đơn thuần là tỉ lệ giữa độ tuổi suy nghĩ với độ tuổi niên đại, nhân cho 100:*

IQ = MA/CA x 100

Ở một độ tuổi bất kỳ, đứa trẻ trung bình có chỉ số IQ là 100, vì độ tuổi suy nghĩ của đứa trẻ bằng với độ tuổi niên đại. Ngoài ra khoảng 2/3 số trẻ con tham gia trắc nghiệm đều có điểm số IQ từ 85 đến 115. Điểm số IQ cũng dùng để so sánh trí năng ở trẻ con có các độ tuổi khác nhau. Một bé gái bốn tuổi có MA của đứa trẻ 5 tuổi sẽ có IQ là 125 (5/4 x 100), giống như một bé trai 8 tuổi có MA của đứa trẻ 10 tuổi (10/8 x 100).

Điểm số IQ không còn tính theo cách này nữa. Thay vào đó, điểm số IQ được xác định bằng cách so sánh kết quả thực hiện trắc nghiệm với kết quả thực hiện trắc nghiệm của các độ tuổi khác. Khi đứa trẻ thực hiện ở mức trung bình so với độ tuổi của mình thì IQ của nó là 100. Đứa trẻ thực hiện trên mức trung bình có điểm số IQ cao hơn 100, đứa trẻ thực hiện dưới mức trung bình có điểm số IQ thấp hơn 100. Tuy nhiên, khái niệm điểm số IQ như tỉ lệ giữa MA với CA đã làm cho trắc nghiệm Stanford-Binet được áp dụng phổ biến.

Vào thập niên 1920, trắc nghiệm Stanford-Binet được kết hợp với nhiều trắc nghiệm trí năng khác. Các nhà giáo dục

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Nếu Jean Piaget phải tạo ra một trắc nghiệm trí năng thì trắc nghiệm này có khác với loại trắc nghiệm mà Binet tạo ra hay không?

rất nhiệt tình hoan nghênh những công cụ mới này vì chúng đưa ra một phương pháp trông có vẻ hiệu quả và khách quan trong việc đánh giá khả năng thành công của học sinh trong trường học (Chapman, 1988).

Đến đây, có lẽ bạn tự hỏi tại sao chúng tôi bỏ ra quá nhiều thời gian như thế để bàn một trắc nghiệm đã hơn 75 tuổi. Lý do là trắc nghiệm Stanford-Binet có nhiều giá trị lịch sử hơn; hiện vẫn là một trắc nghiệm phổ biến. Trắc nghiệm Stanford-Binet, được xem lại gần đây nhất vào năm 1986, cùng với Thang đánh giá trí năng trẻ em Wechsler-III (WISC-III) và Công cụ đánh giá trẻ em Kaufman (K-ABC), là những trắc nghiệm trí năng đặc thù hóa chủ yếu được sử dụng hiện nay.

TRẮC NGHIỆM CÓ TÁC DỤNG KHÔNG?

Để trả lời câu hỏi này, hai vấn đề riêng biệt rất quan trọng. Thứ nhất, chúng ta cần biết liệu một trắc nghiệm có đáng tin hay không nghĩa là có thu được điểm số nhất quán hay không. Tính đáng tin thường được đánh giá bằng cách phân phát các mẫu trắc nghiệm tương tự vào hai dịp khác nhau. Đối với trắc nghiệm đáng tin, một người sẽ có cùng điểm số trong hai lần trắc nghiệm. Thực ra, trắc nghiệm trí năng hiện đại rất đáng tin. Nếu đứa trẻ tham gia trắc nghiệm trí năng rồi vài ngày sau hoặc vài tuần sau tham gia trắc nghiệm lần thứ hai thì hai điểm số thường hoàn toàn giống nhau (Wechsler, 1991).

Những điểm số này có ý nghĩa gì? Chúng thực sự đánh giá được trí năng hay không? Những câu hỏi này làm phát sinh vấn đề tính giá trị, ám chỉ mức độ mà trắc nghiệm thực sự đánh giá những gì trắc nghiệm cần đánh giá. Tính giá trị thường được đánh giá bằng cách xác định quan hệ giữa điểm số trắc nghiệm và các đánh giá độc lập khác của cấu trúc mà người ta nghĩ là trắc nghiệm đang đánh giá. Chẳng hạn, để đánh giá tính giá trị trắc nghiệm hướng ngoại, trước tiên chúng ta cho chúng tham gia trắc nghiệm. Sau đó chúng ta sẽ quan sát cũng những em này trong một số bối cảnh xã hội, chẳng hạn trong giờ giải lao ở trường học và ghi chép em nào vui vẻ, hoà đồng và em nào mắc cỡ. Trắc nghiệm sẽ giá trị nếu điểm số tương quan cao với các quan sát độc lập của chúng ta về hành vi hướng ngoại.

Tiếp cận này có thể phát triển thành trắc nghiệm trí năng ra sao? Theo ý tưởng chúng ta phân phát trắc nghiệm trí năng rồi sau đó tương quan điểm số với các dự đoán trí năng độc lập khác. Vấn đề là ở đây. Không có phương pháp độc lập khác để đánh giá trí năng, phương pháp duy nhất để đánh giá trí năng là phương pháp dùng trắc nghiệm.

Do đó, nhiều người áp dụng trắc nghiệm của Binet và thu được các đánh giá hoạt động trong trường học, chẳng hạn điểm số hoặc cách đánh giá học sinh của giáo viên. Sự tương quan giữa những đánh giá và điểm số trắc nghiệm trí năng này thường dao động trong khoảng 0,4 và 0,6 (Neisser và người khác, 1996). Chẳng hạn, sự tương quan giữa điểm số WISC-III và điểm trung bình trong lớp là 0,47 (Wechsler, 1991). Nghĩa là, đứa trẻ có điểm số cao trong WISC-III thường có điểm trong lớp cao hơn. Tuy nhiên, sự tương quan chưa phải thật hoàn hảo nghĩa là một số đứa trẻ có điểm trắc nghiệm cao nhưng trong lớp không học giỏi, trong khi một số đứa trẻ có điểm số thấp trong trắc nghiệm nhưng trong lớp học giỏi. Tuy nhiên, nói chung, trắc nghiệm thực hiện một công việc hợp lý trong việc dự đoán khả năng thành công trong học tập.

Điều này có nghĩa là trắc nghiệm trí năng liệu có đồng nghĩa với trí năng? Có lẽ là không. Trắc nghiệm đánh giá kỹ năng trí năng giống như khả năng diễn đạt bằng lời và lập luận trừu tượng, vốn rất quan trọng cho việc thành công trong

trường học. Tuy nhiên, trắc nghiệm kém hiệu quả hơn trong việc dự đoán thành công bên ngoài trường học (Sternberg và người khác, 1995). Tại sao? Trắc nghiệm không phải được thiết kế để đánh giá kỹ năng quan trọng đối với sự thành công trong công việc chẳng hạn như khả năng giải quyết vấn đề thực tế và kỹ năng giữa cá nhân với nhau. Do đó, thật công bằng khi kết luận rằng trắc nghiệm trí năng hiện tại có giá trị hợp lý chủ yếu vì gia đình những thành phần trí năng ấy đòi hỏi đạt thành tích trong trường học.

Bạn có nghĩ là các thành phần trí năng khác không được bao gồm trong trắc nghiệm truyền thống hay không? Chúng ta hãy tìm hiểu liệu chúng có được đưa vào các thuyết trí năng mới hơn hay không.

THÀNH PHẦN TRÍ NĂNG

Nếu khả năng diễn đạt bằng lời và lập luận trừu tượng chỉ là một số thành phần trí năng, thế thì các thành phần khác là gì? Theo *thuyết Đa trí năng của* Howard Gardner (1993, 1995), trí năng bao gồm 7 thành phần khác nhau:

- *Trí năng ngôn ngữ* bao gồm việc tìm hiểu ý nghĩa của từ, khả năng sử dụng từ để tìm hiểu khái niệm mới, và sử dụng ngôn ngữ để chuyển tải quan điểm cho người khác.
- *Trí năng toán học logic* bao gồm tìm hiểu quan hệ đang tồn tại giữa đồ vật, hành động hoặc quan điểm và thực hiện logic hoặc toán học có thể thực hiện trên những quan hệ này.
- *Trí năng không gian* là khả năng tưởng tượng vẻ ngoài của vật (như chó xù) và chuyển vẻ ngoài của vật sang tính nhẩm (chó xù phải có các điểm polka màu hồng và chấm trên mũi).
- *Trí năng âm nhạc* là khả năng lĩnh hội hoặc tạo ra âm thanh thay đổi về âm sắc, nhịp điệu và sắc thái cảm xúc.
- *Trí năng vận động cơ thể* là khả năng sử dụng cơ thể (hoặc các bộ phận trên cơ thể) theo cách phân biệt cao như vũ công, người khéo léo và vận động viên.
- *Trí năng giữa cá nhân với nhau* bao gồm việc nhận dạng cảm xúc, tâm trạng, động cơ thúc đẩy và dự định khác nhau ở người khác.
- *Trí năng bên trong cá nhân* bao gồm việc tìm hiểu cảm xúc và biết được điểm mạnh, điểm yếu của mình.

Ba thành phần đầu đều quen thuộc vì chúng giống với trí năng khi được dùng đánh giá trắc nghiệm trong gần một thế kỷ. Nhưng bốn thành phần sau là điểm đặc thù trong thuyết của Gardner và mở rộng các định nghĩa trí năng dựa trên trường học, theo truyền thống. Theo Gardner, một nhạc sĩ có tài thể hiện trí năng cũng giống như vận động viên có tài nhạy cảm.

Gardner (1993) lập luận rằng thuyết của ông có nhiều ngụ ý quan trọng đối với giáo dục. Ông cho rằng trường học nên nuôi dưỡng tất cả trí năng chứ không phải chỉ nuôi dưỡng trí năng ngôn ngữ và logic toán học vốn quan trọng theo truyền thống hầu hết trẻ đều đặc biệt mạnh trong một số trí năng và giáo viên nên tận dụng những sức mạnh này. Một số học sinh có thể hiểu các nền văn hóa lạ tốt hơn, chẳng hạn, bằng cách học âm nhạc trong khi các học sinh khác như trong ảnh (trang 254) có thể hiểu những nền văn hóa này bằng cách học múa.

Một số trường học Mỹ sử dụng quan điểm của Gardner rất nhiệt tâm (Gardner, 1993). Những trường học này có tiến bộ hơn hay không? Chúng ta thực sự không biết vì hoạt động ở trường học thường được đánh giá bằng trắc nghiệm và không có trắc nghiệm nào có thể chấp nhận để đánh giá tiến bộ trong những lĩnh vực được đề cập trong thuyết của Gardner. Đến đây, các nhà nghiên cứu vẫn đang đánh giá lý thuyết và cải cách giáo dục mà thuyết này đã truyền cảm hứng cho họ.



Tuy nhiên, chắc chắn nghiên cứu của Gardner đã giúp các nhà nghiên cứu thoát khỏi quan điểm thiển cận về trí năng.

Quan điểm trí năng quan trọng khác là *thuyết Tam đầu* của Robert Sternberg (1985), bao gồm ba thuyết phụ:

- Theo thuyết phụ *Bối cảnh,* hành vi thông minh phải luôn được xét trong bối cảnh văn hóa của cá nhân. Trí năng bao gồm việc thích nghi với văn hóa ấy để đạt được mục tiêu.
- Theo thuyết phụ *Kinh nghiệm*, trí năng được phát hiện theo nhiều cách khác nhau, tùy vào tính quen thuộc của công việc. Đối với một công việc mới lạ, trí năng đi kèm với khả năng áp dụng kiến thức hiện có vào một tình huống mới, đối với công việc quen thuộc, trí năng kết hợp với khả năng hoàn tất công việc với nỗ lực suy nghĩ ít.
- Theo thuyết phụ *Thành phần*, hành vi thông minh bao gồm sắp xếp các quá trình nhận thức cơ bản thành một chiến lược hiệu quả để thực hiện công việc.

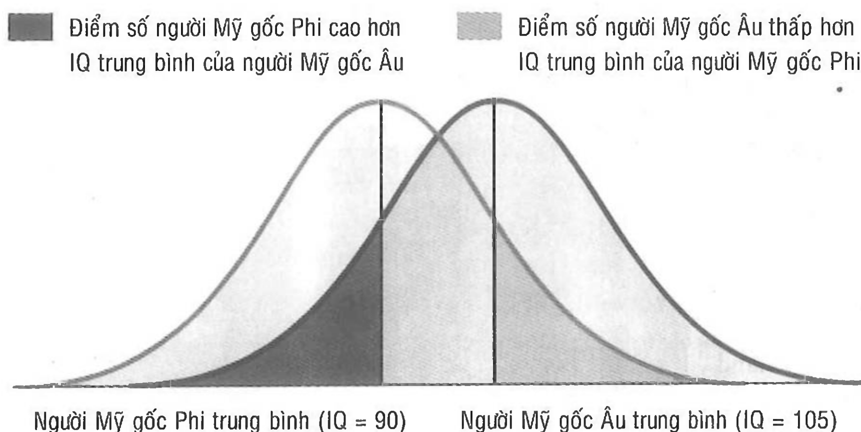
Trái với hầu hết các tiếp cận trí năng, tiếp cận của Sternberg không tập trung vào việc nhận dạng các lĩnh vực cụ thể của trí năng. Thay vào đó, thuyết Tam đầu nhấn mạnh rằng trí năng tùy thuộc vào chiến lược mà con người sử dụng để hoàn tất công việc (thuyết phụ Thành phần), tính quen thuộc của những công việc ấy thuyết phụ Kinh nghiệm), và tính thích hợp của công việc đối với mục tiêu cá nhân và văn hóa (thuyết phụ Bối cảnh).

Thuyết Tam đầu cũng nêu rõ một vấn đề quan trọng. Hãy quan sát quanh bạn. Bạn có cùng kinh nghiệm và nền tảng văn hóa với mọi người trong lớp hay không? Nếu không, bạn có so sánh điểm số của mình trong một trắc nghiệm trí năng với điểm số của người khác hay không? So sánh điểm số trắc nghiệm đối với các nhóm văn hóa khác nhau là một thông lệ gây nhiều tranh cãi, như chúng ta sẽ thấy trong phần sau.

TÁC ĐỘNG CỦA CHỦNG TỘC, DÂN TỘC VÀ GIAI CẤP XÃ HỘI

Kết quả trong biểu đồ (trang 255) là nguồn gây tranh cãi trong nhiều thập niên. Dựa vào nhiều trắc nghiệm trong trí năng, điểm số trung bình của người Mỹ gốc Phi thấp hơn người Mỹ gốc Âu khoảng 15 điểm (Neisser và người khác, 1996). Tại sao? Một số khác nhau là do giai cấp xã hội. Thông thường, trẻ con xuất thân từ các giai cấp xã hội thấp hơn thường có điểm số trắc nghiệm trí năng thấp hơn, và trẻ con Mỹ gốc Phi có nhiều khả năng xuất thân từ các gia đình giai cấp thấp hơn trẻ con Mỹ gốc Âu. Khi trẻ con Mỹ gốc Âu và gốc Phi cùng giai cấp xã hội thì sự chênh lệch trong điểm số trắc nghiệm IQ giảm bớt nhưng không bị loại trừ (Brooks-Gunn, Klebanov & Duncan, 1996). Vì thế, giai cấp xã hội giải thích một số chứ không phải tất cả sự chênh lệch điểm số IQ giữa trẻ con Mỹ gốc Âu và Mỹ gốc Phi.

Một số chỉ trích cho rằng sự chênh lệch trong điểm số trắc nghiệm phản ánh thành kiến trong chính các trắc nghiệm



(Neisser và người khác, 1996). Họ lập luận rằng các hạng mục trong trắc nghiệm phản ánh di sản thừa kế văn hóa của người nghĩ ra trắc nghiệm – hầu hết họ đều là người Mỹ gốc Âu thuộc giai cấp trung lưu – vì thế trắc nghiệm mang thành kiến chống lại trẻ con Mỹ gốc Phi và giai cấp thấp hơn. Họ chỉ rõ các hạng mục trong trắc nghiệm giống như thế này:

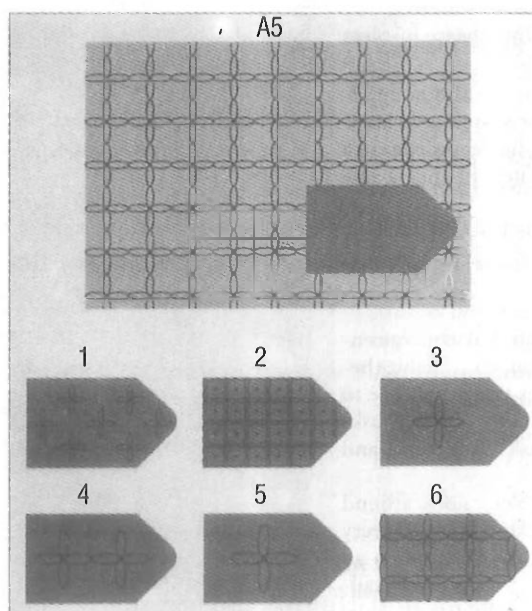
Một người chỉ huy dàn nhạc cũng giống như là thầy giáo đối với cái gì?

Sách trường học lớp cục gôm

Trẻ con có nền tảng bao gồm tiếp xúc với dàn nhạc có nhiều khả năng trả lời đúng câu hỏi này so với trẻ con không có sự tiếp xúc này.

Vấn đề thành kiến dẫn đến sự phát triển trắc nghiệm trí năng công bằng văn hóa *bao gồm các hạng mục trắc nghiệm dựa trên kinh nghiệm thường gặp ở nhiều nền văn hóa.* Chẳng hạn, Progressive Matrices của Raven bao gồm duy nhất các hạng mục giống như hạng mục trình bày ở hình bên phải. Người tham gia trắc nghiệm phải chọn mẫu hoàn chỉnh đúng thiết kế (trong trường hợp này là 6). Trắc nghiệm công bằng văn hóa thực sự dự đoán được thành tựu trong trường học nhưng không loại trừ sự khác biệt điểm số trách nhiệm ở các nhóm: người Mỹ gốc Âu và người Mỹ gốc Phi vẫn chênh lệch nhau (Anastasi, 1988; Herrnstein & Murray, 1994). Tại sao? Văn hóa có thể ảnh hưởng đến tính quen thuộc của trẻ con đối với toàn bộ tình huống trắc nghiệm không phải là sự quen thuộc đơn thuần với các hạng mục cụ thể. Trắc nghiệm công bằng văn hóa đánh giá quá thấp trí năng của trẻ con, chẳng hạn nếu văn hóa của trẻ con khuyến khích nó giải quyết vấn đề trong sự hợp tác với người khác và không khuyến khích nó vượt trội trong tư cách cá nhân.

Ngoài ra, vì sự thận trọng đối với các câu hỏi do người lớn xa lạ áp đặt nên một số trẻ con – nhất là trẻ con Mỹ gốc Phi và trẻ con thất thế về mặt kinh tế –



thường trả lời nhiều câu hỏi trắc nghiệm bằng câu "tôi không biết". Rõ ràng, chiến lược này đảm bảo có được điểm số trắc nghiệm một cách giả tạo. Khi những đứa trẻ này được cho thêm thời gian làm bài trắc nghiệm nó trẻ cảm thấy rất thoải mái, nó thường bỏ câu "tôi không biết" và điểm số trắc nghiệm tăng lên (Boykin, 1994; Zigler & Finn-Stevenson,1992).

Nếu tất cả điểm số trắc nghiệm phản ánh ảnh hưởng văn hóa thì ít nhất ở mức độ nào đó, chúng ta giải thích điểm số trắc nghiệm ra sao? Nên nhớ rằng trắc nghiệm đánh giá sự thích nghi thành công đối với một bối cảnh văn hóa cụ thể, trắc nghiệm kém giá trị hơn trong các bối cảnh khác. Hầu hết trắc nghiệm trí năng dự đoán thành công trong môi trường trường học thường tập trung quanh các giá trị của giai cấp trung lưu. Trắc nghiệm cũng làm như thế đối với học sinh Mỹ gốc Phi, Mỹ gốc Á, Mỹ gốc Tây Ban Nha và Mỹ bản xứ cũng như đối với học sinh Mỹ gốc Âu. Bất kể nhóm dân tộc hoặc chủng tộc của mình, trẻ con có điểm số trắc nghiệm thấp thường được xem là không thành công trong trường học. Điểm số thấp ở Charlene, một học sinh lớp 3 người Mỹ gốc Phi trong phần minh họa, nghĩa là vào thời điểm này có thể cô bé không có kỹ năng thành công trong trường học.

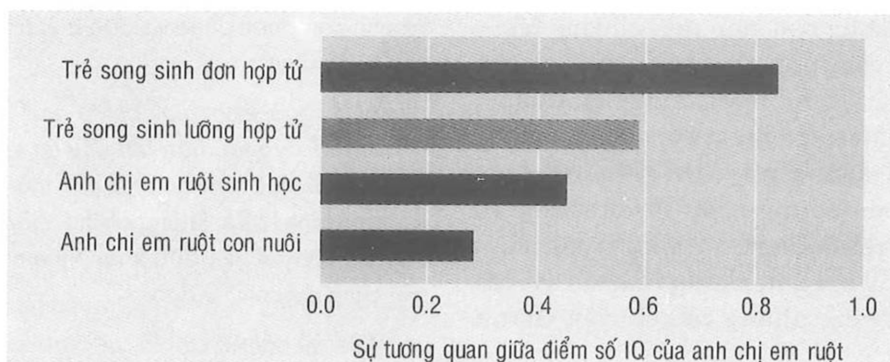
Bên ngoài trường học điểm số trắc nghiệm ít hữu dụng hơn, trắc nghiệm trí năng đánh giá "thông minh trong trường học" chứ không phải "thông minh ngoài đời" (Sternberg và người khác, 1995). Do đó, khi nhóm này có điểm số trung bình cao hơn nhóm khác, điều này có nghĩa là nhóm này có nhiều kỹ năng cụ thể hơn mà những kỹ năng này mang tính quyết định cho sự thành công trong môi trường trường học thuộc giai cấp trung lưu chứ không phải nhóm ấy có nhiều khả năng đa năng được gọi là trí năng.

Bằng cách tập trung nghiên cứu các nhóm người, như chúng ta đang làm, thật dễ đánh mất thực tế rằng cá nhân trong những nhóm này khác nhau về trí năng. Hãy xem lại biểu đồ trang 255, bạn sẽ thấy sự chênh lệch trung bình trong điểm số IQ giữa người Mỹ gốc Âu và người Mỹ gốc Phi vẫn nhỏ so với toàn bộ dải điểm số đối với những nhóm này. Điều gì làm cho cá nhân trong nhóm khác nhau? Chúng ta sẽ khảo sát trong phần sau.

CÁC YẾU TỐ DI TRUYỀN VÀ MÔI TRƯỜNG

Joanna, bé gái 5 tuổi tham gia trắc nghiệm WISC-III, kết quả được 112 điểm. Ted, bé trai 5 tuổi cũng tham dự trắc nghiệm này nhưng chỉ có 92. Điều gì giải thích sự chênh lệch 20 điểm? Cả di truyền lẫn kinh nghiệm đều quan trọng (Ferrari & Sternberg, 1998). Một số chứng cứ đối với yếu tố di truyền được thể hiện trong biểu đồ. Nếu gien ảnh hưởng trí năng thì điểm số trắc nghiệm sẽ giống nhau vì anh chị em ruột có gien giống nhau hơn. Trẻ con song sinh đơn hợp tử về mặt di truyền giống hệt nhau nên gần như điểm số trắc nghiệm của chúng như nhau, sự tương quan là 1,0. Trẻ con song sinh lưỡng hợp tử giống nhau 50% gien cũng giống như trẻ không phải song sinh có cùng bố mẹ đẻ. Do đó, điểm số trắc nghiệm của đứa trẻ sẽ là (a) ít giống hơn điểm số ở trẻ song sinh đơn hợp tử, (b) giống như các anh chị em ruột khác có cùng bố mẹ đẻ, và (c) giống điểm số của đứa trẻ và anh chị em ruột con nuôi hơn. Bạn có thể nhìn thấy trong biểu đồ (trang 257) rằng mỗi dự đoán này đều có chứng cứ ủng hộ (Bouchard và người khác, 1990).

Nghiên cứu con nuôi cũng cho thấy tác động của di truyền. Nếu di truyền giúp xác định IQ thì IQ của trẻ sẽ giống với IQ của bố mẹ đẻ nhiều hơn IQ của bố mẹ nuôi. Thật ra, khi con nuôi giống như trong ảnh (trang 257 bên dưới) lớn lên thì điểm số trắc nghiệm của chúng giống với điểm số của bố mẹ đẻ nhiều hơn và ít giống điểm số của bố mẹ nuôi hơn (Plomin va người khác, 1997). Nghĩa là, trẻ con nuôi có điểm số

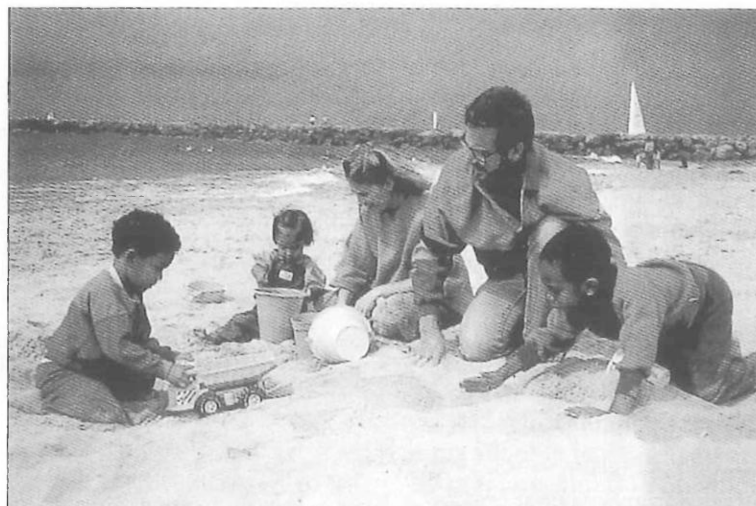


Theo dữ liệu của Bouchard và McGue, 1981.

trắc nghiệm cao có bố mẹ đẻ với điểm số trắc nghiệm cao nhưng không hẳn bố mẹ nuôi có điểm số trắc nghiệm cao.

Tuy nhiên, môi trường thực sự góp phần vào trí năng. Trẻ con có điểm số trắc nghiệm cao thường có bố mẹ biết quan tâm, động viên, đáp ứng (Bradley, Caldwell, & Rock, 1988). Ngoài ra, trong số trẻ con Mỹ gốc Âu, môi trường bao gồm nhiều sự đa dạng và vật liệu trò chơi thích hợp được đi kèm với điểm số trắc nghiệm cao, ở trẻ con Mỹ gốc Phi, môi trường gia đình được sắp xếp tốt cũng đi kèm với điểm số trắc nghiệm cao hơn (Bradley và người khác, 1989).

Tầm quan trọng của việc kích thích môi trường phát triển trí năng cũng được minh họa qua các dự án can thiệp nhằm mục đích chuẩn bị cho số trẻ con thất thế về mặt kinh tế được đến trường (Neisser và người khác, 1996). Khi trẻ con lớn lên trong sự đói nghèo không lối thoát, chu kỳ có thể dự đoán, mang tích bi kịch: trẻ con có ít kỹ năng trí năng để thành công trong trường học, vì thế nó thất bại, do thiếu trình độ, nó rất khó kiếm được việc làm, khi sinh con vẫn tiếp tục sống mãi trong cảnh đói nghèo như thế. Từ khi Tổng thống Lyndon Johnson bắt đầu dự án Head Start vào năm 1965 như một phần trong cuộc chiến chống đói nghèo, sự can thiệp giáo dục đại trà là một công cụ quan trọng trong nỗ lực phá vỡ chu kỳ đói nghèo lặp đi lặp lại. Chương trình can thiệp dành cho trẻ con trước tuổi đến



trường thường bao gồm một chương trình giảng dạy công phu, theo cấu trúc dành cho cả đứa trẻ lẫn bố mẹ (Ramey & Ramey, 1990). Khi đứa trẻ tham gia những chương trình bồi dưỡng này, thì điểm số trắc nghiệm của chúng tăng lên khoảng 10 điểm (Clarke & Clarke, 1989). Trong phần Nghiên cứu nổi bật, chúng ta khảo sát chi tiết một trong những câu chuyện thành công này.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: DỰ ÁN DẠY VẦN Ở CAROLINA



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Từ thập niên 1960, nhiều chương trình can thiệp chứng minh rằng điểm số trắc nghiệm trí năng ở trẻ nhỏ có thể tăng khi tham gia bồi dưỡng, nhưng sự cải thiện trường học không kéo dài lâu. Nghĩa là, trong vòng vài năm sau khi hoàn tất chương trình can thiệp, điểm số trắc nghiệm của đứa trẻ vẫn giống như trước khi tham gia. Campbell và Ramey (Campbell & Ramey, 1994; Ramey & Campbell, 1991) thiết kế dự án, Dự án dạy vần ở Carolina, để tìm hiểu liệu sự can thiệp đại trà, kéo dài có thể tạo ra được thay đổi lâu bền hơn hay không.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Một số trẻ con không hề tham gia bất kỳ chương trình can thiệp nào. Số trẻ con khác vào học ở trung tâm chăm sóc đặc biệt ban ngày mỗi ngày từ 4 tháng tuổi đến 5 tuổi. Chương trình học chú trọng sự phát triển tâm thần, ngôn ngữ và xã hội ở trẻ tuổi ẵm ngửa và kỹ năng chuẩn bị học đọc cho các đứa trẻ những năm trước tuổi đến trường. Một số đứa trẻ cũng tham gia chương trình can thiệp khác trong 3 năm học đầu ở cấp tiểu học. Trong giai đoạn này, giáo viên mỗi tháng thăm nhà của chúng một vài lần, cung cấp tài liệu để cải thiện kỹ năng đọc và làm toán. Giáo viên cũng hướng dẫn cho bố mẹ biết cách sử dụng tài liệu này để dạy con và cũng hành động trong tư cách người tạo điều kiện thuận lợi giữa gia đình và trường học.

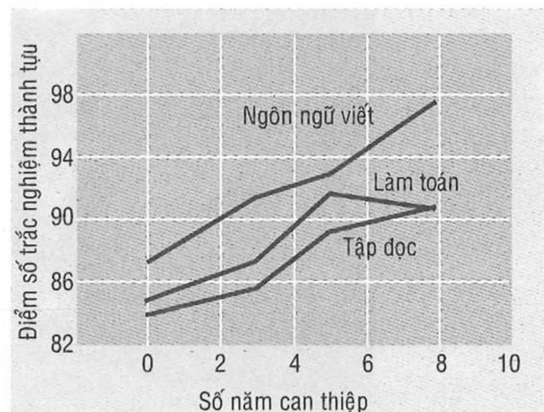
Campbell và Ramey đánh giá tác động can thiệp theo nhiều cách, bao gồm điểm số trong trắc nghiệm trí năng, điểm số trắc nghiệm thành tựu và nhu cầu được phục vụ đặc biệt trong trường học của chúng.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Lúc đầu, dự án có 111 đứa trẻ, hầu hết đều có mẹ là người Mỹ gốc Phi, học vấn chưa hết phổ thông, điểm số IQ trung bình là 85, không có thu nhập. Qua quá trình nghiên cứu, 21 đứa không tham gia dự án, sau cùng chỉ còn 90 đứa.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu mang tính thực nghiệm vì trẻ con hiếm khi được chỉ định một điều kiện can thiệp (can thiệp trước tuổi đến trường, can thiệp tiểu học, cả hai, hoặc không can thiệp). Biến số độc lập là điều kiện can thiệp. Biến số phụ thuộc bao gồm việc thực hiện trắc nghiệm trí năng và thành tựu. Nghiên cứu là nghiên cứu theo chiều dọc vì trẻ con được trắc nghiệm lặp đi lặp lại trong suốt 8 năm.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Tính chất nghiên cứu được giải thích rõ ràng cho bố mẹ hiểu, bao gồm việc chỉ định con họ vào một điều kiện can thiệp cụ thể.

Kết quả ra sao? Biểu đồ cho thấy việc thực hiện 3 trắc nghiệm thành tựu mà trẻ tham gia khi 12 tuổi, 4 năm sau khi sự can thiệp độ tuổi đến trường kết thúc. Trong tất cả 3 lĩnh vực được trắc nghiệm – ngôn ngữ viết, làm toán và tập đọc – thực hiện rõ ràng phản ánh lượng can thiệp. Các đứa trẻ có đủ 8 năm can thiệp thường có điểm số cao nhất, các đứa trẻ không có can thiệp có điểm số thấp nhất.



Theo số liệu của Campbell và Ramey, 1994.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Can thiệp đại trà, tiếp tục chứng tỏ có hiệu quả. Sự cải thiện 7 – 10 điểm không làm bạn quá ngạc nhiên nhưng đây là sự cải thiện cơ bản xét từ quan điểm thực tế. Chẳng hạn, điểm số của các đứa trẻ có 8 năm can thiệp trong Ngôn ngữ viết, đã giúp chúng ở vị trí gần phân vị thứ 50, nghĩa là điểm số của chúng cao hơn một nửa số các đứa trẻ tham gia trắc nghiệm. Trái lại, các đứa trẻ không có sự can thiệp có điểm số ở phân vị thứ 20, làm cho điểm số của chúng chỉ cao 20% số đứa trẻ tham gia trắc nghiệm. Vì thế với sự can thiệp, các đứa trẻ có khả năng thay đổi từ về cơ bản dưới mức trung bình sang trung bình, hoàn toàn là một thành tựu.

Dĩ nhiên, sự can thiệp đại trà hơn 8 năm khá tốn kém. Nhưng hậu quả kinh tế của sự đói nghèo, thất nghiệp và những sản phẩm phụ của chúng cũng tốn kém như thế. Các chương trình như Dự án dạy vần cho thấy có thể khắc phục chu kỳ bỏ học, học vấn bị gián đoạn, và trong quá trình người ta chứng minh rằng trí năng được môi trường kích thích và đáp ứng nuôi dưỡng.

TỰ KIỂM TRA

1. Binet nghĩ ra trắc nghiệm để nhận biết các đứa trẻ ______.
2. IQ đầu tiên được xác định như tỉ số giữa ______ x 100.
3. Trắc nghiệm là ______ nếu thu được điểm số nhất quán.
4. Tính giá trị của trắc nghiệm trí năng thường được chứng minh bằng điểm số trắc nghiệm tương quan với ______.
5. Thuyết Tam đầu của Sternberg bao gồm thuyết phụ Bối cảnh, ______, và thành phần.
6. Trẻ con thuộc các nhóm chủng tộc và dân tộc khác nhau đôi khi có điểm số trắc nghiệm trí năng thấp hơn vì các hạng mục trong trắc nghiệm ______.
7. Khi trẻ con tham gia chương trình can thiệp, điểm số của nó trong trắc nghiệm trí năng ______.
8. Thuyết phụ trong thuyết Tam đầu của Sternberg minh họa các tác động khác nhau trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội như thế nào? .

Trả lời: (1) gặp nhiều khó khăn trong trường học, (2) độ tuổi suy nghĩ với độ tuổi niên đại (MA/CA), (3) đáng tin, (4) thành công trong trường học, (5) kinh nghiệm, (6) đánh giá kinh nghiệm không phải là một phần trong văn hóa của trẻ, (7) thường tăng khoảng 10 điểm.

TRẺ CON ĐẶC BIỆT, NHU CẦU ĐẶC BIỆT

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ con có khiếu và sáng tạo có đặc điểm gì?**
- **Các hình thức giảm thiểu trí năng khác nhau là gì?**
- **Bất lực tập quen là gì?**
- **Đặc điểm hoạt động quá mức là đặc điểm gì?**

Trẻ con đặc biệt, nhu cầu đặc biệt

Trẻ con có khiếu và sáng tạo

Trẻ con bị giảm thiểu trí năng

Trẻ con bất lực tập quen

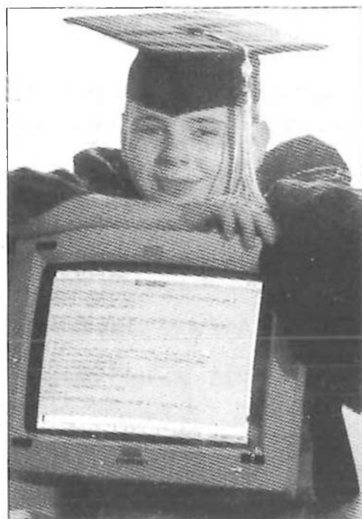
Rối loạn hoạt động quá mức thiếu chú ý

SANJIT, *một học sinh lớp 2, tham dự hai trắc nghiệm trí năng riêng biệt, cả hai lần đều trên điểm trung bình. Bố mẹ dẫn em đi khám mắt, bác sĩ nhãn khoa xác định thị lực của em là 20–30 – thị lực của em bình thường. Tuy nhiên, Sanjit hoàn toàn không đọc chữ được. Đối với em chữ nghĩa vô cùng bí ẩn giống như âm nhạc của Metallica đối với Mozart. Thế có vấn đề gì?*

Trong suốt lịch sử, nhiều xã hội công nhận trẻ con có khả năng và năng khiếu đặc biệt. Ngày nay, chúng ta biết nhiều hơn về những thái cực trong kỹ năng con người. Chúng ta hãy điểm qua trẻ con có khiếu và sáng tạo.

TRẺ CON CÓ KHIẾU VÀ SÁNG TẠO

Trong nhiều phương diện, cậu bé trong ảnh, Bernie là một học sinh trung học 12 tuổi bình thường: Cậu giữ gôn trong đội bóng đá, sáng thứ 7 đi học đàn piano, thành viên trong đội đồng ca nhà thờ, và thích chơi môn ván trượt. Tuy nhiên, khi nói về trí năng và khả năng học thuật, Bernie chẳng hề tầm thường – cậu có khiếu. Cậu bé có số điểm 175 trong một trắc nghiệm trí năng và đang theo học lớp phép tính tích phân và vi phân ở đại học.



Theo truyền thống, năng khiếu được xác định bằng điểm số trong trắc nghiệm trí năng: điểm số 130 trở lên là tiêu chuẩn có năng khiếu. Tuy nhiên, ngày nay định nghĩa có năng khiếu rộng hơn và bao gồm năng khiếu đặc biệt trong nhiều lĩnh vực chẳng hạn âm nhạc, nghệ thuật, viết văn và khiêu vũ (Reis & Renzulli, 1995).

Tài năng đặc biệt – được xác định bằng điểm số IQ hoặc rộng hơn – dường như có một số điều kiện tiên quyết (Feldman & Goldsmith, 1991; Rathunde & Csikszentmihalyi, 1993):

- Sự yêu thích môn học của trẻ con và khát khao nắm vững môn học ấy
- Sự hướng dẫn bắt đầu từ rất sớm của thầy cô có tài năng và truyền cảm hứng.
- Được bố mẹ hỗ trợ, giúp đỡ, muốn thúc đẩy tài năng của con mình

Thông tin ở đây là tài năng đặc biệt phải được nuôi dưỡng. Nếu không có sự khuyến khích và hỗ trợ từ thầy cô có tâm huyết thì tài năng của trẻ con không thể phát triển được. Trẻ con có khiếu cần một chương trình giảng dạy mang tính thử thách và phức tạp, trẻ con cần thầy cô biết cách nuôi dưỡng tài năng, trẻ con cần bạn đồng tuổi có suy nghĩ giống như mình kích thích sự quan tâm của nó (Feldhusen, 1996).

Suy nghĩ rập khuôn cho rằng trẻ con có khiếu bị rối loạn cảm xúc và không thể hòa hợp với bạn đồng tuổi có đúng không? Bernie dường như không phù hợp với suy nghĩ rập khuôn này, thật ra, nghiên cứu phản bác suy nghĩ rập khuôn cho rằng người có năng khiếu là không phù hợp với xã hội và đau khổ. Thực ra, trẻ con có năng khiếu thường trưởng thành hơn bạn đồng tuổi và ít gặp các rối loạn cảm xúc hơn (Luthar, Zigler, & Goldstein, 1992).

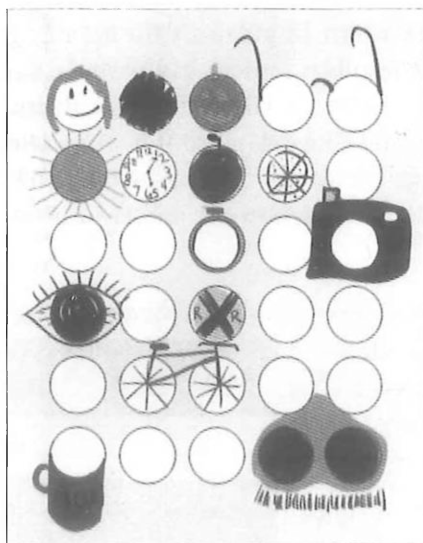
Tính sáng tạo

Nếu bạn đã xem phim *Amadeus,* ắt hẳn bạn hiểu được sự khác nhau giữa có

năng khiếu và sáng tạo. Mozart và Salieri là 2 nhà soạn nhạc kình địch ở châu Âu trong thế kỷ 18. Cả hai đều là nhạc sĩ có tài năng, nhiều tham vọng. Tuy nhiên, hơn 200 năm sau, người ta vẫn còn nhớ tác phẩm của Mozart trong khi hầu như quên lãng tác phẩm của Salieri. Tại sao? Mọi nơi người ta công nhận tác phẩm của Mozart mang tính sáng tạo trong khi tác phẩm của Salieri thì không.

Tính sáng tạo là gì, khác với trí năng ra sao? *Trí năng thường kết hợp với* suy nghĩ hội tụ, *nghĩa là sử dụng thông tin được cung cấp để quyết định một câu trả lời đúng, tiêu chuẩn. Trái lại tính sáng tạo thường liên kết với* suy nghĩ phân kỳ, *trong đó mục đích không phải là câu trả lời đúng duy nhất (thường không phải là một) nhưng thay vào đó suy nghĩ theo hướng mới lạ, đặc biệt* (Guilford, 1967).

Suy nghĩ phân kỳ thường được đánh giá bằng cách yêu cầu đứa trẻ tạo ra một số lượng lớn ý kiến để đáp lại một số kích thích cụ thể (Kogan, 1983). Đứa trẻ được yêu cầu nêu tên các sử dụng khác nhau đối với một đồ vật thông thường chẳng hạn móc áo. Hoặc người ta cho đứa trẻ xem một trang giấy đầy ắp các hình tròn rồi yêu cầu nó vẽ ra hình ảnh khác nhau càng nhiều càng tốt như trong hình vẽ bên dưới. Cả số lượng câu trả lời và tính chất độc đáo của chúng được dùng để đánh giá tính sáng tạo.



Tính sáng tạo, giống sự có năng khiếu phải được nuôi dưỡng. Đứa trẻ có nhiều khả năng sáng tạo hơn khi môi trường gia đình và trường học đánh giá cao sự không theo lề thói và khuyến khích đứa trẻ phải có tính hiếu kỳ. Khi trường học chẳng hạn chú trọng đến ưu thế của tài liệu thực tế và không khuyến khích sự tìm tòi và tự thể hiện thì tính sáng tạo thường bị tổn thương (Thomas & Berk, 1981). Trái lại, tính sáng tạo có thể được thúc đẩy bằng kinh nghiệm kích thích trẻ con phải linh động trong suy nghĩ và tìm tòi những biện pháp thay thế (Starko, 1988).

Trẻ con có năng khiếu và sáng tạo tượng trưng cho một thái cực trong khả năng con người. Thế còn ai ở thái cực kia? Các đứa trẻ bị giảm thiểu trí năng, chủ đề trong phần tiếp theo.

TRẺ CON BỊ GIẢM THIỂU TRÍ NĂNG

"Bé David" là anh cả của bốn anh chị em. Bé biết ngồi sau khi thôi nôi, tập đi lúc 2 tuổi, nói những từ đầu tiên lúc 3 tuổi. Khi 5 tuổi, sự phát triển của David chậm hơn sự phát triển của bạn bè cùng tuổi rất nhiều. Cách đây một thế kỷ, chắc người ta gọi David là "đần độn" hoặc "khiếm khuyết trí tuệ". Thực ra, David bị hội chứng Down, chúng tôi đã mô tả trong chương 2 (xem trang 78 – 79). David có một nhiễm sắc thể thứ 21 dư, vì hậu quả của gien dư này, David bị chậm phát triển trí năng.

Giảm thiểu trí năng *ám chỉ trí năng về cơ bản dưới mức trung bình và gặp vấn đề thích nghi với môi trường xuất hiện trước khi 18 tuổi.* Trí năng dưới mức trung bình được xác định khi có điểm số trắc nghiệm trí năng chẳng hạn như trắc nghiệm Stanford-Binet từ 70 trở xuống. Hành vi thích nghi thường được đánh giá từ những cuộc phỏng vấn bố mẹ hoặc người chăm sóc khác và ám chỉ đến những kinh

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Định nghĩa của chúng ta về sự có khiếu và giảm thiểu trí năng khác nhau ra sao nếu dựa vào thuyết tam đầu của Robert Sternberg?

nghiệm sinh hoạt hàng ngày cần thiết để sống, làm việc và chơi đùa trong cộng đồng, chẳng hạn kỹ năng tự chăm sóc mình và kỹ năng xã hội. Chỉ có những cá nhân dưới 18 tuổi, gặp vấn đề trong những lĩnh vực này và điểm số IQ từ 70 trở xuống mới được xem là giảm thiểu trí năng (Baumeister & Baumeister, 1995).

Các loại giảm thiểu trí năng

Bạn nghĩ đến hình ảnh của đứa trẻ bị giảm thiểu trí năng có thể là hình ảnh của đứa trẻ bị hội chứng down như đứa trẻ trong ảnh chụp trang 79. Thực ra, cá nhân bị giảm thiểu trí năng cũng đa dạng như người không bị giảm thiểu trí năng. Chúng ta mô tả sự đa dạng này ra sao? Một tiếp cận là phải phân biệt nguyên nhân giảm thiểu trí năng (Baumeister & Baumeister, 1995). *Một số trường hợp giảm thiểu trí năng – không nhiều hơn 25% – có thể là do một rối loạn Sinh học hoặc cơ thể cụ thể và được gọi là* giảm thiểu trí năng hữu cơ. Hội chứng Down là hình thức giảm thiểu trí năng hữu cơ thường gặp nhất. Các hình thức giảm thiểu trí năng hữu cơ khác có thể đi kèm với tác nhân gây quái thai được mô tả trong chương 2. Các loại giảm thiểu trí năng khác rõ ràng không gây thương tổn Sinh học. Giảm thiểu trí năng gia đình *tượng trưng đầu phân bố trí năng thông thường thấp hơn.*

Các biến thể giảm thiểu trí năng cũng được phân biệt dựa trên mức độ hoạt động chức năng của con người. Hiệp hội nghiên cứu giảm thiểu trí nặng Mỹ nhận dạng 4 mức độ giảm thiểu. Các mức độ cùng với dải điểm số IQ trong từng mức được thể hiện trong sơ đồ bên dưới. Cũng có 3 mức giảm thiểu thường được các nhà giáo dục ở Mỹ sử dụng (Cipani, 1991). Các hình thức giảm thiểu trí năng cực đoan – chẳng hạn, sâu, nặng và vừa trong hệ thống AAMR – đều có nguồn gốc hữu cơ, các hình thức kém cực đoan hơn thường có nguồn gốc gia đình.

Các hình thức giảm thiểu trí năng nghiêm trọng nhất tương đối ít gặp. Giảm thiểu trí năng sâu, nặng và vừa kết hợp lại chiếm khoảng 10% trong tổng số các trường hợp. Cá nhân bị giảm thiểu trí năng sâu và nặng thường có rất ít kỹ năng đến mức phải được giám sát thường xuyên. Do đó, số cá nhân này thường sống trong các trung tâm nuôi dưỡng, đôi khi cũng được hướng dẫn một số kỹ năng tự lực chẳng hạn mặc quần áo, tự múc ăn và đi vệ sinh (Reid, Wilson, & Faw, 1991).

Những người bị giảm thiểu trí năng vừa có thể phát triển kỹ năng trí năng bằng trẻ 7 hoặc 8 tuổi không bị giảm thiểu trí năng. Ở mức hoạt động chức năng này, đôi khi họ tìm được việc làm trong các công việc đơn giản dưới sự giám sát chặt chẽ. Họ không sống độc lập được, mà phải được người thân hoặc trung tâm chăm sóc (Editorial Board, 1996).

90% cá nhân bị giảm thiểu trí năng còn lại được phân loại là giảm thiểu trí năng nhẹ hoặc có thể giáo dục được. Những cá nhân này đến trường và có thể nắm vững nhiều kỹ năng học thuật, nhưng ở độ tuổi lớn hơn các đứa trẻ không

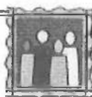
AAMR	Sâu		Nặng		Vừa		Nhẹ
Mức IQ	10	20	30	40	50	60	70
Nhà giáo dục	Chăm sóc			Có thể đào tạo		Có thể giáo dục	



bị giảm thiểu trí năng. Cá nhân bị giảm thiểu trí năng nhẹ có thể sống độc lập. Như người đàn ông trong ảnh, nhiều người bị giảm thiểu trí năng nhẹ vẫn làm việc được. Một số lập gia đình. Các chương trình đào tạo toàn diện tập trung vào kỹ năng hướng nghiệp và xã hội giúp cá nhân bị giảm thiểu trí năng nhẹ trở thành công dân có ích và con người thoả mãn (Baumeister & Baumeister, 1995).

Phần Người thật việc thật mô tả cuộc sống của một người bị giảm thiểu trí năng.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: BÉ DAVID – PHẦN CÒN LẠI CỦA CÂU CHUYỆN



Bé David – gọi như thế vì bố cậu cũng tên David – là con cả trong gia đình có 4 anh chị em, các em của cậu không bị giảm thiểu trí năng. Khi các đứa trẻ lớn lên, chúng tương tác giống hệt như các anh chị em ruột khác, cũng cười đùa đôi khi còn đánh nhau và cãi vã nữa. Mỗi ngày, bắt đầu từ thời thiếu niên cho đến khi đã trưởng thành, David đón xe buýt thành phố đi từ nhà đến nơi làm việc trong một phân xưởng dành cho trẻ bất hạnh. Mỗi ngày cậu làm việc 6 tiếng, làm những việc như thắt nơ gói quà và nhét cho đầy mấy cái bao. Cậu để dành tiền để mua những vật sở hữu mà cậu rất tự hào – camera, ti vi màu, đầu máy video. Khi các em ruột của David đến tuổi trưởng thành, họ bắt đầu có gia đình riêng. David đóng vai trò mới "bác David" thường xuyên ghé thăm cháu trai và cháu gái. Khi David bước vào tuổi 40, cậu bắt đầu mất trí nhớ và thường nhầm lẫn. (những triệu chứng này thường gặp ở người lớn tuổi trung niên bị hội chứng Down, chúng ta đề cập chi tiết trong chương 13). Khi mất ở tuổi 47, gia đình và bạn bè đều thương xót. Tuy nhiên tất cả đều rất ngạc nhiên trước sự phong phú trong cuộc đời của David, bởi xét theo bất kỳ tiêu chuẩn nào, cậu vẫn có cuộc sống đầy đủ, mãn nguyện.

Giảm thiểu trí năng của bé David tượng trưng cho một cực trong quang phổ trí năng, sự sớm phát triển của Bernie tượng trưng cho cực còn lại. Khoảng giữa hai cực này có một số trẻ đặc biệt khác: trẻ bất lực tập quen.

TRẺ CON BẤT LỰC TẬP QUEN

Đối với một số trẻ con có trí năng bình thường, nhưng việc học là một cuộc đấu tranh. *Những đứa trẻ này bị* bất lực tập quen, *một thuật ngữ ám chỉ các đứa trẻ (a) gặp nhiều khó khăn trong việc nắm vững một hay nhiều môn học, (b) có trí năng bình thường và (c) không bị các bệnh khác có thể giải thích cho hoạt động kém chẳng hạn như sút giảm nhận cảm hoặc hướng dẫn không thích hợp* (Lyon, 1996).

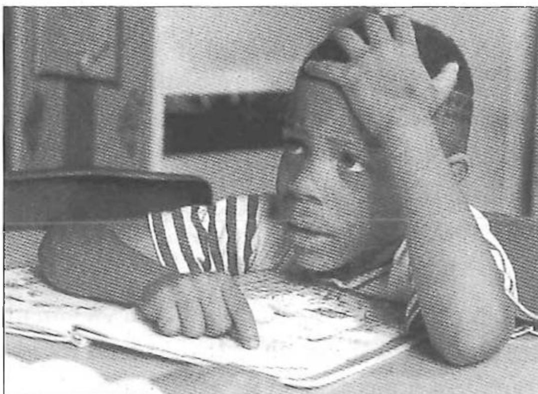
Ở Mỹ, khoảng 5% trẻ độ tuổi đến trường được phân loại là bất lực tập quen, nghĩa là khoảng hai triệu trẻ bị chứng bất lực này (Moats & Lyon, 1993). Số lượng bất lực và mức độ chồng chéo giữa chúng gây nhiều tranh luận sôi nổi (Stanovich, 1993). Tuy nhiên, một sơ đồ phân loại phổ biến phân biệt sự bất lực trong ngôn ngữ (bao gồm nghe, nói và viết), trong tập đọc và môn số học (Dockrell & McShane, 1993).

Số lượng lớn trẻ con bất lực tập quen làm cho công việc của giáo viên và các nhà nghiên cứu thêm phức tạp, vì mỗi loại bất lực tập quen đều có nguyên nhân và cách

điều trị riêng (Lyon, 1996). Hãy lấy tập đọc làm minh họa. *Nhiều trẻ không có khả năng đọc đều có vấn đề trong* xử lý âm vị – *hiểu và sử dụng âm trong ngôn ngữ nói và viết.* Đối với trẻ bất lực trong tập đọc như Sanjit (trong phần minh họa) hoặc cậu bé trong ảnh, tất cả nguyên âm đều giống nhau. Số trẻ con này hưởng lợi từ giáo dục chi tiết, chuyên sâu về cách kết hợp giữa chữ và âm (Lovett và người khác, 1994). Trong trường hợp bất lực về số học đứa trẻ thường gặp khó khăn khi làm và lập luận các bài toán số học (Fleishner, 1994; Lyon, 1996). Ở đây, giáo dục chú trọng việc xác định mục tiêu của bài toán số học, sử dụng mục tiêu để chọn các bài toán số học đúng, và sử dụng các phép tính chính xác (Goldman, 1989).

Điểm quan trọng để giúp đỡ số trẻ con này là phải vượt khỏi tên gọi chung chung *bất lực tập quen* để xác định rõ khiếm khuyết nhận thức và học thuật cụ thể gây trở ngại cho việc học của đứa trẻ trong trường. Với sự giải thích chính xác những khiếm khuyết này, có thể lên kế hoạch giáo dục để cải thiện kỹ năng của đứa trẻ (Moats & Lyon, 1993).

Nói dễ hơn làm vì việc chẩn đoán bất lực tập quen vẫn rất khó khăn. Một số đứa trẻ đều bất lực tập đọc và ngôn ngữ, số khác bị bất lực tập đọc và số học, số khác bị bất lực tập quen và số khác bị rối loạn hoạt động quá mức thiếu chú ý, chúng ta sẽ đề cập trong phần sau.



RỐI LOẠN HOẠT ĐỘNG QUÁ MỨC THIẾU CHÚ Ý

Chúng ta hãy bắt đầu bằng một nghiên cứu mẫu về Stuart 8 tuổi.

> Mẹ [cậu] kể rằng Stuart hoạt động quá mức khi ở tuổi ẵm ngửa và lúc biết đi chập chững. Thầy cô dạy cậu nhận thấy khó kiểm soát được cậu một khi cậu đi học. Người ta mô tả cậu vô cùng bốc đồng và sao lãng, chân tay luôn hiếu động hết kiếm chuyện này rồi đến chuyện khác... Thầy cô kể rằng cậu chưa trưởng thành, đứng ngồi không yên, phản ứng tốt nhất trong một tình huống có cấu trúc, từng cái một, nhưng được xem là kẻ khó chịu nhất lớp vì cậu liên tục quấy rầy người khác và không biết vâng lời (Rapaport & Ismond, 1990, trang 120).

Trong nhiều năm, số trẻ như Stuart luôn bốc đồng, đứng ngồi không yên, được gọi là bị "hội chứng trẻ hoạt động quá mức" (Barkley, 1996). Trong thập niên 1960 và 1970, các nhà nghiên cứu công nhận rằng những trẻ này thường khó tập trung chú ý. Vào thập niên 1980, rối loạn được đổi tên thành rối loạn hoạt động quá mức thiếu chú ý (ADHD).

Khoảng 3 – 5% trong số tất cả trẻ con độ tuổi đến trường được chẩn đoán bị ADHD (Rapport, 1995), bé trai bị nhiều hơn bé gái theo tỉ lệ 3:1 (Wicks-Nelson & Israel, 1991).

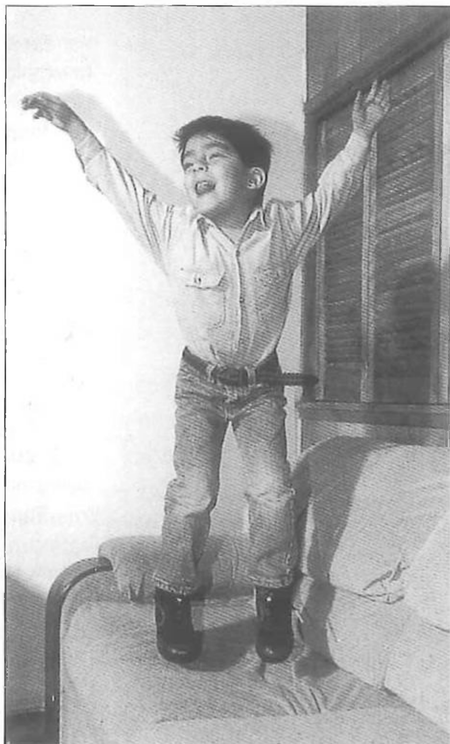
3 triệu chứng chính của ADHD như sau (Rapport, 1995):

- *Hoạt động quá mức.* Đứa trẻ bị ADHD nặng, đứng ngồi không yên một cách bất thường, nhất là trong các tình huống cần hạn chế hoạt động của mình chẳng hạn như trong lớp học.
- *Không chú ý.* Đứa trẻ bị ADHD không chú ý trong lớp học và có vẻ không thể tập trung vào việc học, thay vào đó nó thường nhảy từ công việc này sang công việc khác.
- *Bốc đồng.* Đứa trẻ bị ADHD thường hành động rồi mới suy nghĩ, chạy

thẳng ra đường rồi mới nhìn xe hoặc nói xen vào khi người khác đang nói.

Không phải đứa trẻ bị ADHD nào cũng có đủ những triệu chứng này ở cùng mức độ. Một số đứa trẻ như bé trai trong ảnh chụp có thể hoạt động quá mức. Số khác chủ yếu là bốc đồng và không biểu hiện dấu hiệu hoạt động quá mức, rối loạn của chúng thường được mô tả là rối loạn thiếu chú ý (Barkley, 1990). Ngoài ra, triệu chứng thường không ổn định trong các bối cảnh. Một số đứa trẻ không thể tập trung chú ý trong trường học nhưng có thể ngồi chơi game hàng tiếng đồng hồ ở nhà (Barkley, 1996).

Do những sự không nhất quán này, có lẽ không làm bạn ngạc nhiên khi các nhà nghiên cứu bất đồng về số lượng các nhóm phụ khác nhau của ADHD và yếu tố dẫn đến ADHD (Barkley, 1996). Tuy nhiên, điều chắc chắn là đứa trẻ bị ADHD thường có vấn đề trong hạnh kiểm và trong học tập. Như Stuart, nhiều trẻ hoạt động quá mức hay gây hấn, vì thế bạn đồng tuổi không thích



(Barkley, 1990; McGee, Williams, & Feehan, 1992). Mặc dù trẻ bị ADHD thường có trí năng bình thường nhưng điểm số trong trắc nghiệm thành tựu về đọc, đánh vần và số học thường thấp hơn trung bình (Pennington, Groisser, & Welsh, 1993).

Một chuyện tưởng tượng về ADHD cho rằng hầu hết các đứa trẻ "đều phát triển hơn người" vào tuổi thanh niên hoặc đầu tuổi trưởng thành. Hơn một nửa số chúng được chẩn đoán bị ADHD khi đến tuổi thanh niên và đầu tuổi trưởng thành đều có các rối loạn liên quan đến hoạt động quá mức, không chú ý và bốc đồng. Một ít trong số này cũng học xong đại học và một số gặp vấn đề liên quan đến công việc và gia đình (Fischer và người khác, 1993; Rapport, 1995).

Nguyên nhân

Nhiều bố mẹ cho rằng chất phụ gia trong thực phẩm hoặc ăn quá nhiều đường làm cho con họ trở nên "quá mức". Thực ra, ngoại trừ một vài đứa trẻ dị ứng với phẩm màu trong thực phẩm hoặc nhạy cảm quá mức đối với đường, thì nghiên cứu không đưa ra bằng chứng có sự liên quan giữa chế độ ăn uống của trẻ con và ADHD (Wolraich và người khác, 1994). Nhiều người khác cho rằng bị ADHD do nhiễm độc chì. Mặc dù nhiễm độc chì làm cho trẻ con có phần nào bị ADHD nhiều hơn, nhưng hầu hết trẻ con bị nhiễm độc chì đều không có ADHD và hầu hết trẻ con bị ADHD đều không nhiễm độc chì (Barkley, 1996).

Nguyên nhân chính của ADHD là ở chỗ khác. Di truyền cũng góp phần, cả hai đứa trẻ song sinh đơn hợp tử thường bị ADHD hơn trẻ song sinh lưỡng hợp tử (Edelbrock và người khác, 1995). Ngoài ra, hành vi hoạt động quá mức, không chú ý, bốc đồng vốn là đặc điểm ở trẻ con bị ADHD buộc một số bố mẹ phải nhờ đến các kỹ thuật nuôi dạy trẻ kém hiệu quả hơn. Nghĩa là trẻ bị ADHD thường bất chấp hơn và ít nghe lời hơn, qua thời gian, bố mẹ của đứa trẻ (nhất là mẹ) ra lệnh nhiều hơn, ít đáp

ứng hơn và ít thưởng hơn (Danforth và người khác, 1991; Gomez & Sanson, 1994).

Phần Tác động hiện hành cho thấy nên xét đến tất cả những yếu tố này trong điều trị ADHD ra sao.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: ĐIỀU TRỊ ADHD



ADHD có nguồn gốc trong các tác động sinh học, tâm lý và xã hội của khuôn khổ tâm sinh học xã hội. Một số đứa trẻ dường như kế thừa một tố chất rối loạn (tác động sinh học). Kiểu suy nghĩ không chú ý và bốc đồng của trẻ con (yếu tố tâm lý) làm cho bố mẹ và giáo viên đối xử với trẻ bị ADHD theo những cách khác nhau (tác động văn hóa xã hội).

Đối phó với nguồn gốc sinh học, nhiều thầy thuốc kê toa thuốc kích thích như Ritalin để điều trị trẻ bị ADHD. Bạn có ngạc nhiên khi cho trẻ có hoạt động quá mức uống thuốc kích thích hay không? Thật nghịch lý, thuốc kích thích thực ra làm cho phần lớn số trẻ con này trầm tĩnh lại, giúp chúng tập trung chú ý (Rapport, 1995).

Bản thân thuốc không thể cải thiện việc học của đứa trẻ trong trường học, vì thuốc không tác động đến ảnh hưởng tâm lý và xã hội. Do đó, đứa trẻ bị ADHD cần học cách điều tiết hành vi của mình và chú ý hiệu quả hơn, sao cho trẻ con có thể hoàn tất việc học. Và nhiều người trong mạng lưới giúp đỡ trẻ con – bố mẹ và thầy cô – cần học những kỹ thuật tạo điều kiện thuận lợi để trẻ tập quen những hành vi này. Thầy cô thưởng cho đứa trẻ tập trung "trong công việc" và không có hành vi bốc đồng (Rapport, 1995), và bố mẹ có thể khuyến khích hành vi định hướng mục tiêu và chú ý ở nhà (Anastopoulos và người khác, 1993). Khi bố mẹ củng cố hành vi tập trung chú ý của con trẻ và phạt con trẻ có hành vi không chú ý thì nó biểu hiện triệu chứng ADHD ít hơn.

Vì thế, cách điều trị ADHD là phải giải quyết các tác động sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội. Sự điều trị toàn diện như thế giúp đứa trẻ bị ADHD chú ý nhiều hơn và việc học của nó được cải thiện (Carlson và người khác, 1992).

TỰ KIỂM TRA

1. Vấn đề trong việc xác định sự có năng khiếu hoàn toàn dựa vào điểm số IQ là ______.
2. Tính sáng tạo đi kèm với suy nghĩ ______, trong đó mục tiêu là phải suy nghĩ theo hướng mới lạ và đặc biệt.
3. Các trường hợp giảm thiểu trí năng ______ có thể liên kết với các rối loạn Sinh học hoặc cơ thể cụ thể.
4. Cá nhân bị giảm thiểu trí năng ______ cũng đi học được, có việc làm và lập gia đình.
5. Hình thức bất lực tập quen phổ biến nhất là ______.
6. Triệu chứng chính của rối loạn hoạt động quá mức thiếu chú ý là hoạt động quá mức, ______, và tính bốc đồng.
7. ADHD có thể điều trị hiệu quả bằng cách cho uống thuốc kích thích, hướng dẫn trẻ con cách điều tiết sự chú ý và ______.
8. Jean Piaget giải thích những khác nhau giữa hoạt động chức năng trí năng của trẻ giảm thiểu trí năng và không giảm thiểu trí năng ra sao? Nhà tâm lý học xử lý thông tin giải thích những khác biệt này ra sao?

Trả lời: (1) loại trừ tài năng trong các lĩnh vực chẳng hạn như âm nhạc, nghệ thuật và khiêu vũ, (2) phân kỳ, (3) hữu cơ, (4) nhẹ hoặc có thể giáo dục được, (5) bất lực liên quan tập đọc và ngôn ngữ khác, (6) sự không chú ý, (7) hướng dẫn bố mẹ cách khuyến khích con trẻ.

HỌC TRONG NHÀ TRƯỜNG

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trường học Mỹ giáo dục học sinh hiệu quả đến mức nào?**
- **Đặc điểm xác nhận tiêu chuẩn nào để nhận biết trường học hiệu quả và giáo viên hiệu quả?**

Học trong nhà trường

Phân loại các trường học ở Mỹ

Trường học hiệu quả, giáo viên hiệu quả

WALLY cầm lấy tờ báo buổi sáng nhìn thấy tiêu đề ngay trang nhất, "Học sinh Mỹ kém nhất thế giới công nghiệp trong môn toán". Wally đã nhìn thấy nhiều tiêu đề tương tự và anh tự hỏi liệu tình huống có thực sự bi đát như tờ báo đăng hay không. Con trai 10 tuổi của anh đọc cũng được, biết làm tính cộng và trừ, thế có vấn đề gì? Trong những lúc bi quan nhất, Wally hoài nghi đây có phải là một sự cường điệu mà các nhà giáo dục đưa ra để được tăng lương trong trường học hay không?

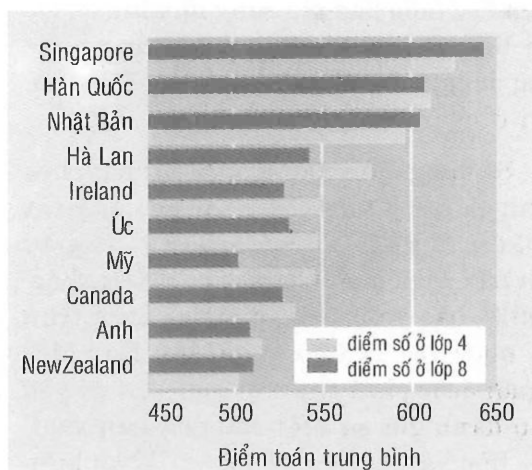
Bạn có lẽ đã đọc thấy tiêu đề làm cho Wally phải chú ý. Hầu như không thể quên được vì hầu như tuần nào cũng thấy báo đăng. Và có lẽ câu trả lời của bạn cũng giống như của Wally – hoài nghi về tình hình trường học Mỹ và học sinh Mỹ thực sự bi đát như thế.

Trong tiết này, chúng ta đánh giá trường học Mỹ, và học sinh học trong các trường ấy. Cũng như chúng tôi, bạn sẽ tìm hiểu liệu trường học Mỹ kém hiệu quả như tiêu đề bài báo ngụ ý hay không. Kế đến, chúng ta khảo sát một số đặc điểm làm cho một số trường học và giáo viên này hiệu quả hơn trường học và giáo viên khác.

PHÂN LOẠI CÁC TRƯỜNG HỌC Ở MỸ

Làm cách nào bạn xác định được trường học ở Mỹ dạy hiệu quả hoặc kém hiệu quả? Một tiếp cận là so sánh học sinh ở Mỹ với học sinh ở các nước khác. Nhiều nghiên cứu loại này được tiến hành trong những năm gần đây, một trong những nghiên cứu toàn diện nhất là Nghiên cứu khoa học và toán học quốc tế lần thứ 3 (1997), so sánh thành tựu toán học và khoa học của học sinh ở 41 nước khác nhau. Kết quả môn toán, thể hiện bằng biểu đồ, cho thấy điểm số học sinh lớp 4 và lớp 8 ở Mỹ về cơ bản thấp hơn học sinh ở các nước tiên tiến. Nói cách khác, học sinh giỏi nhất Mỹ chỉ bằng học sinh trung bình ở các nước châu Á như Singapore và Hàn Quốc.

Nhiều người không tin kết quả này. Họ cho rằng trường học Mỹ giáo dục học sinh với một dải khả năng rộng, không chỉ thu



Theo số liệu của Nghiên cứu khoa học và toán học quốc tế lần thứ ba, 1997.

nhận phần tử ưu tú như ở một số nước khác. Do đó, các nhà phê bình cho rằng điểm số ở Mỹ *trông có vẻ* thấp hơn vì dựa vào toàn bộ học sinh chứ không phải dựa vào học sinh giỏi nhất.

Nếu ý kiến này có giá trị thì sự khác biệt không đáng kể ở cấp tiểu học vì những trường học này không mang tính tuyển chọn (ở các nước công nghiệp hóa, gần như tất cả trẻ nhỏ đều học tiểu học). Tuy nhiên, kết quả vẫn như nhau: học sinh Mỹ thua kém học sinh các nước khác ngay từ đầu năm lớp 1 (Geary, 1996; Stevenson & Lee, 1990).

Nhưng, sự so sánh quốc tế không phải là cách duy nhất để đánh giá học sinh Mỹ. Tiếp cận khác là phải hỏi, "sản phẩm của trường học Mỹ được giáo dục tốt đến mức nào?" nghĩa là, học sinh tốt nghiệp phổ thông ngày nay biết chữ đến mức nào? Để trả lời câu hỏi này, chúng ta cần phải định nghĩa lại từ "biết chữ". Trong thế kỷ 19, chỉ cần viết được tên mình nghĩa là bạn đã biết chữ. Vào Thế chiến II, chỉ cần học lớp 4 là bạn đã biết chữ. *Ngày nay,* "biết chữ" *là "sử dụng thông tin dạng in và viết tay để hoạt động chức năng trong xã hội, đạt được mục tiêu của mình và phát triển kiến thức và tiềm năng của mình"* (Kirsch và người khác, 1993, trang 2). Biết chữ bao gồm đọc hiểu báo chí cũng như hiểu được tài liệu như bảng biểu, thời biểu và các ứng dụng, tài liệu về lượng như số dư tiền gởi ở ngân hàng và sổ phát lương.

Sử dụng định nghĩa hiện đại này, học sinh Bắc Mỹ như thế nào? Lời đáp tốt nhất là từ *Khảo sát sự "biết chữ" ở người lớn trên toàn quốc* (Kirsch và người khác, 1993), bao gồm một mẫu đại diện trên cả nước với 13.000 người lớn Mỹ. Mỗi người được phát cho một loạt vấn đề yêu cầu đánh giá sự biết chữ qua văn xuôi, tài liệu và tài liệu về lượng. Thực hiện được cho điểm theo thang độ từ 0 đến 500, điểm càng cao biểu thị khả năng biết chữ càng nhiều.

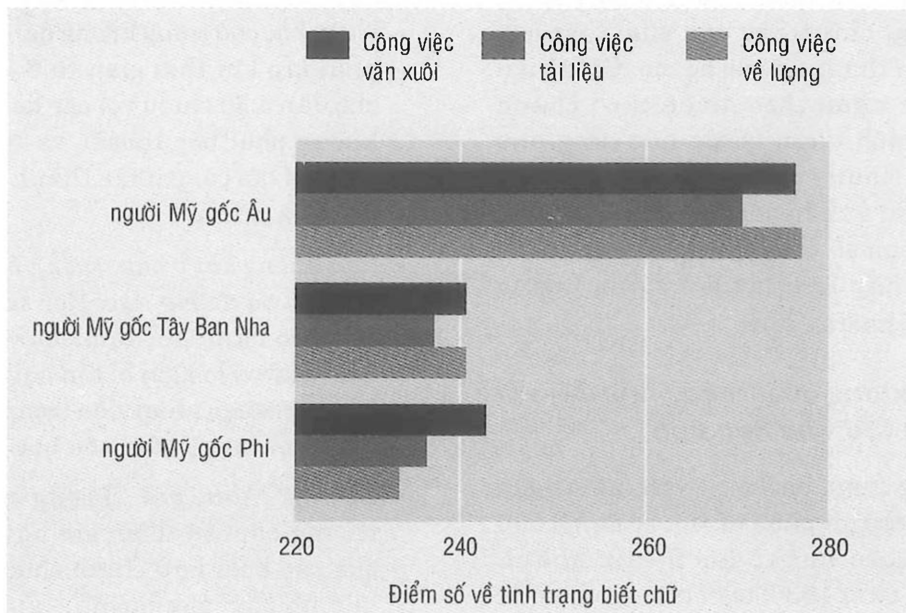
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Định nghĩa biết chữ khác nhau ra sao nếu dựa trên thuyết Đa trí năng của Howard Gardner? Dựa trên thuyết của Jean Piaget?

Biểu đồ (trang 269) cho thấy trình độ biết chữ trung bình đối với học sinh tốt nghiệp phổ thông người Mỹ gốc Phi, người Mỹ gốc Tây Ban Nha và người Mỹ gốc Âu. Người Mỹ gốc Âu thường có điểm số cao hơn người Mỹ gốc Phi và người Mỹ gốc Tây Ban Nha 15%, tất cả các nhóm có điểm trung bình ở khoảng giữa 200. Để hiểu trình độ kỹ năng tương đối được tượng trưng qua con số này, chúng ta hãy khảo sát các hạng mục cụ thể từ thang độ khác nhau.

- Về *văn xuôi,* học sinh tốt nghiệp phổ thông trung bình có thể gạch dưới một câu giải thích hành động trong một bài viết ngắn nhưng không thể viết một lá thư ngắn giải thích một cách phù hợp một sai sót trong báo cáo thẻ tín dụng.
- Về *tài liệu,* học sinh tốt nghiệp phổ thông trung bình có thể định vị một giao lộ trên bản đồ nhưng không thể tìm trên biểu đồ thanh để xác định lượng tương quan.
- Về *số lượng,* học sinh tốt nghiệp phổ thông trung bình có thể hoàn chỉnh báo cáo số dư tiền gởi ở ngân hàng nhưng không thể sử dụng lịch trình của xe buýt để tính thời gian đi từ trạm dừng này đến trạm dừng khác.

Theo tiêu chuẩn truyền thống, đại đa số ba nhóm này đều biết chữ. Tuy nhiên, nhiều nhà phê bình cho rằng xét theo tiêu chuẩn hiện đại, mặc dù học sinh tốt nghiệp phổ thông ở Mỹ không phải là mù chữ nhưng họ cần biết chữ nhiều hơn nữa. Nhân viên văn phòng như phụ nữ trong ảnh (trang 269) phải biết nhiều hơn ngoài



Dựa theo số liệu của Khảo sát sự biết chữ ở người lớn trên toàn quốc (Kirsch và người khác, 1993)

việc đánh máy ra: họ phải làm việc với nhiều phần mềm khác nhau – như xử lý văn bản và bảng tính chẳng hạn – ngày càng trở nên phức tạp hơn. Ngày nay nhân viên thường kém năng lực. Chẳng hạn, doanh nghiệp Mỹ báo cáo mỗi năm phải chi hơn 25 tỉ USD để đào tạo bổ sung cho nhân viên mới (Kearns, 1989). Chứng cứ trực tiếp hơn từ các phân tích yêu cầu biết chữ trong công việc cụ thể. Một số phân tích cho thấy điểm số biết chữ 300 trở lên là điều cần thiết cho các vị trí chuyên môn, kỹ năng, quản lý, thư ký và bán hàng (Barton & Kirsch, 1990). Công việc thuộc loại này là điều sống còn đối với nền kinh tế – và có lẽ còn nhiều hơn thế nữa – nhưng chỉ có khoảng 1/3 học sinh tốt nghiệp phổ thông Mỹ đạt được trình độ biết chữ này (Kirsch và người khác, 1993).



Khi các nghiên cứu quốc tế được kết hợp với nghiên cứu biết chữ ở học sinh tốt nghiệp phổ thông ở Mỹ thì thông tin thật rõ ràng: trường học Mỹ không thành công như họ nghĩ. Trái với sự hoài nghi của Wally, có những lý lẽ xác đáng liên quan đến vấn đề này.

Học sinh Mỹ đạt được trình độ biết chữ nhiều hơn như thế nào? Nghiên cứu trường học hiệu quả và giáo viên hiệu quả đưa ra nhiều lời đáp, bạn sẽ thấy trong phần sau.

TRƯỜNG HỌC HIỆU QUẢ, GIÁO VIÊN HIỆU QUẢ

Vì giáo dục ở Mỹ do địa phương điều hành nên giáo dục Mỹ là một bữa ăn.

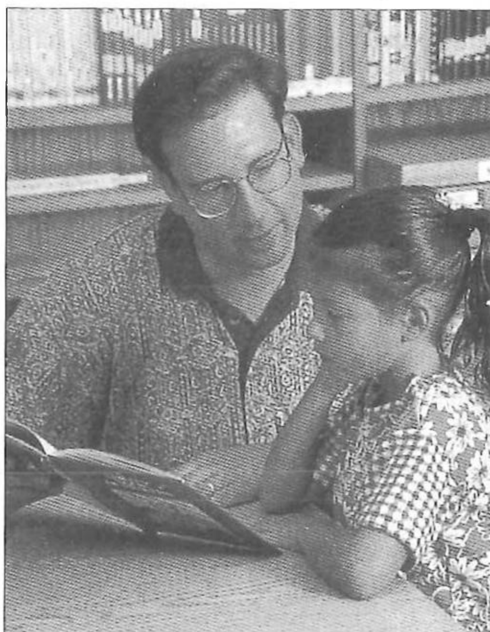
Trường học khác nhau về nhiều khía cạnh, bao gồm sự chú trọng các mục tiêu học thuật và sự tham gia của bố mẹ. Giáo viên cũng khác nhau theo nhiều cách chẳng hạn như cách quản lý lớp học cũng như cách dạy. Những biến số này và biến số khác thực sự ảnh hưởng đến thành tựu của học sinh, bạn sẽ thấy trong vài trang nữa. Chúng ta hãy bắt đầu bằng ảnh hưởng trên cơ sở trường học.

Ảnh hưởng của trường học đối với thành tựu của học sinh

Trường trung học Roosevelt, nằm ngay trung tâm thành phố Detroit, có đến 3.500 học sinh theo học từ lớp 9 –12. khánh thành vào năm 1936, ngôi trường cho biết tuổi tác của chính mình. Phòng học màu trắng đã ngã màu, bàn viết được trang trí với nhiều thế hệ chữ viết grafito, và công nghệ mới là máy phóng. Tuy nhiên, sự phục vụ ở Roosevelt rất tốt. Hầu hết học sinh tốt nghiệp đều đủ sức theo học ở các trường cao đẳng cộng đồng và đại học tiểu bang. Trường trung học Southport ở Netark, cũng có số lượng học sinh theo học như trường trung học Roosevelt và ngôi trường cũng thành lập lâu như thế. Tuy nhiên, tình trạng trốn học ở Southport xảy ra thường hơn, chưa đến một nửa học sinh đậu tốt nghiệp và hầu như không có em nào đậu đại học.

Mặc dù những trường này chỉ là giả thuyết nhưng mô tả chính xác một kết quả chung ở Mỹ. Một số trường học này thành công hơn một số trường học khác, liệu thành công được định nghĩa theo nghĩa tỉ lệ phần trăm học sinh biết chữ, tốt nghiệp hoặc đậu đại học hay không. Tại sao? Các nhà nghiên cứu (Good & Brophy, 1994; Stevenson & Stigler, 1992; Walberg, 1995) nhận dạng nhiều đặc điểm trường học nơi học sinh thường thi đậu hơn là thi rớt:

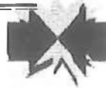
- *Nhân viên trong trường và học sinh hiểu rằng sự xuất sắc trong học tập là mục tiêu chính của trường học và của mỗi học sinh trong nhà trường.* Ngày học chú trọng hướng dẫn (không phải lấp kín thời gian từ 8:30 sáng cho đến 3:30 chiều với các hoạt động không phải học thuật), và học sinh được xã hội công nhận thành tựu học tập của mình.
- *Bầu không khí trong trường học phải an toàn và dưỡng dục.* Học sinh hiểu rằng họ dành hết tâm sức vào việc học (thay vì lo ngại bị tổn hại khi học trong trường), nhân viên trong trường phải hết lòng chăm sóc học sinh.
- *Bố mẹ tham gia.* Trong một số trường hợp, sự tham gia này thông qua các buổi họp chính thức chẳng hạn như hội phụ huynh – giáo viên. Hoặc theo hình thức thân mật. Mỗi tuần phụ huynh bỏ ra một số thời gian quan sát học sinh làm bài thi phân loại như ông bố trong ảnh bên dưới hoặc dạy kèm cho con. Sự tham gia như thế là dấu hiệu cho giáo viên và học sinh biết rằng phụ huynh hết lòng để con mình thành công.
- *Tiến bộ của học sinh, giáo viên và chương trình được giám sát.* Cách duy



nhất để biết trường học có thành công hay không là bằng cách đánh giá hoạt động. Học sinh, giáo viên và chương trình cần phải được đánh giá thường xuyên, sử dụng các biện pháp khách quan phản ánh mục tiêu học tập.

Trong trường học áp dụng thường xuyên những hướng dẫn này thì học sinh thường thành công. Trong trường học xem thường những hướng dẫn này thì học sinh thường thi rớt.

Một số nhà giáo dục cho rằng trường học nên tận dụng công nghệ nhiều hơn – nhất là máy vi tính – để cải thiện giáo dục. Những người phản đối cho rằng máy tính tước bỏ yếu tố con người rất quan trọng trong việc học. Phần "Tranh luận hiện nay" khảo sát vấn đề này.



TRANH LUẬN HIỆN NAY: MÁY VI TÍNH TRONG LỚP HỌC

Công nghệ mới – cho dù là TV, băng video hoặc máy tính bỏ túi đi nữa – sớm muộn gì cũng được đưa vào lớp học. Máy vi tính cá nhân không phải là ngoại lệ, hầu như các trường công ở Mỹ hiện nay đều sử dụng máy vi tính cá nhân để hỗ trợ giảng dạy. Một chức năng chính của máy tính cá nhân trong trường học là người thầy dạy kèm (Lepper & Gurtner, 1989). Trẻ con sử dụng máy tính để tập đọc, viết chính tả, làm toán số học, khoa học và các môn học xã hội. Máy tính giúp cho việc giảng dạy đặc trưng hóa và mang tính tương tác. Học sinh học theo tiến độ của riêng mình, nhận thông tin phản hồi và giúp đỡ khi cần thiết.

Máy tính cũng đáng giá như một phương tiện tập quen thực nghiệm (Lepper & Gurtner, 1989). Chương trình mô phỏng giúp hoặc tìm hiểu thế giới theo cách không thể tiến hành trong thực tế hoặc nguy hiểm. Học sinh có thể thay đổi luật hấp dẫn để xem điều gì xảy ra cho một thành phố khi không được đánh thuế.

Sau cùng, máy tính là công cụ đa mục đích có thể giúp học sinh đạt được mục tiêu học thuật truyền thống (Steelman, 1994). Một chương trình đồ họa giúp học sinh không có khiếu nghệ thuật có thể tạo



ra các hình vẽ minh họa sinh động. Chương trình xử lý văn bản giảm bót rất nhiều phiền phức khi phải rà soát lại, do đó khuyến khích viết tốt hơn.

Không phải bố mẹ và giáo viên nào cũng ủng hộ sử dụng máy tính trong lớp học. Một số nhà phê bình sợ rằng máy tính loại trừ yếu tố con người quan trọng trong học tập. Đối với một số người, "... lớp học học sinh suốt ngày chăm chú nhìn vào máy tính cá nhân trông có vẻ là một cảnh tượng rùng mình" (Lepper & Gurtner, 1989, trang 172). Nhiều người ngại rằng máy tính làm cho học sinh cô lập lẫn nhau, cô lập với giáo viên, và làm cho việc học trở thành một hoạt động đơn độc. Thật ra, học sinh tương tác với nhau nhiều hơn khi đưa máy tính vào lớp học, chứ không phải ít hơn (Pozzi, Healy,& Hoyles, 1993). Như trong ảnh phía trên, học sinh thường bu quanh một học sinh khác khi em này đang sử dụng máy tính và học sinh thường hỏi "người giỏi nhất" trong lớp về một chương trình cụ thể. Giáo viên đỡ mất thì giờ trong nhiều công việc loại bài tập lúc này có thể tập trung vào các khía cạnh giảng dạy khác.

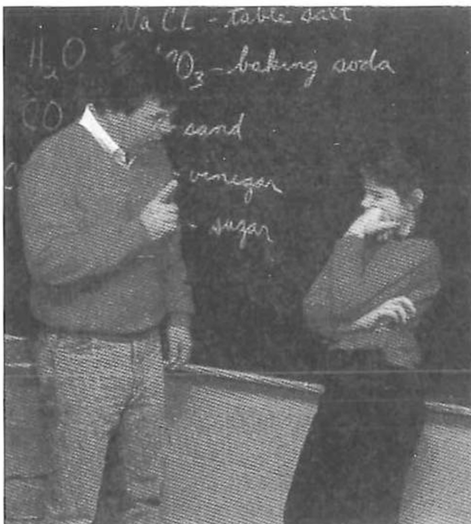
Dĩ nhiên, mỗi ngày giáo viên đều có khả năng tác động nhiều nhất. Chúng ta hãy khảo sát giáo viên ảnh hưởng đến thành tựu của học sinh như thế nào.

Ảnh hưởng của giáo viên

Bạn nên dành ít phút nhớ lại giáo viên tiểu học, trung học cơ sở và trung học phổ

thông của mình. Có lẽ bạn rất mến một số thầy cô nào đó vì họ nhiệt tình và nhiều sáng kiến, làm cho giờ học rất sinh động. Bạn cũng nhớ thầy cô khác với cảm giác cay đắng. Dường như họ không thích đi dạy và học trò, khiến cho lớp học giống như địa ngục. Kinh nghiệm cho bạn biết thầy cô này dạy giỏi hơn thầy cô kia, nhưng điều gì tạo thành một giáo viên dạy giỏi? Nhân cách và nhiệt tình *không phải* là yếu tố chính. Mặc dù bạn thích giáo viên nhiệt tình, nhưng nghiên cứu (Good & Brophy, 1994; Stevenson & Stigler, 1992; Walberg, 1995) cho thấy một số yếu tố khác mang tính quyết định đối với kết quả học tập của học sinh. Học sinh thường tiếp thu được nhiều nhất khi giáo viên

- *Quản lý lớp học hiệu quả đến mức có thể dành trọn hầu hết thời gian cho việc giảng dạy.* Giáo viên như giáo viên trong ảnh chụp dành phần lớn thời gian để kỷ luật học sinh hoặc khi học sinh không chuyển trôi chảy từ một hoạt động trong lớp này sang một hoạt động trong lớp khác, thời gian giảng dạy bị lãng phí và học sinh tiếp thu bài ít nhất.
- *Cho rằng mình có trách nhiệm đối với việc học của học sinh và học sinh của mình sẽ tiếp thu được khi mình dạy tốt.* Khi học sinh không hiểu một chủ đề mới, những giáo viên này sẽ lặp lại (trong trường hợp học sinh bỏ sót hoặc quên một điều gì đó) hoặc đưa ra lời giảng mới (trong trường hợp học sinh nghe tất cả nhưng "chưa hiểu"). Những giáo viên này luôn cảm thấy mình có lỗi nếu học sinh không tiếp thu được.
- *Chú trọng sự nắm vững chủ đề.* Giáo viên nên giới thiệu một chủ đề, sau đó cho học sinh có nhiều cơ hội để hiểu, thực hành và áp dụng chủ đề cũng như bạn cảm thấy khó khi đi trực tiếp từ lái xe thông thường chuyển sang lái xe đua, học sinh thường đạt được nhiều hơn khi họ nắm bắt một chủ đề mới thấu đáo, rồi sau đó chuyển sang một chủ đề khác cao cấp hơn.
- *Giảng dạy tích cực.* Họ không chỉ nói hoặc cho học sinh một chuỗi dài bảng tính vô tận. Thay vào đó, họ mô tả chủ đề thật cụ thể và minh họa trực tiếp cho học sinh. Họ cũng yêu cầu học sinh tham gia các hoạt động trong lớp học, khuyến khích học sinh tương tác, phát biểu ý kiến và cùng nhau giải quyết vấn đề.
- *Chú ý tiến độ.* Họ trình bày nội dung thật chậm sao cho hoặc có thể hiểu được một khái niệm mới, nhưng không chậm đến mức làm học sinh buồn chán.



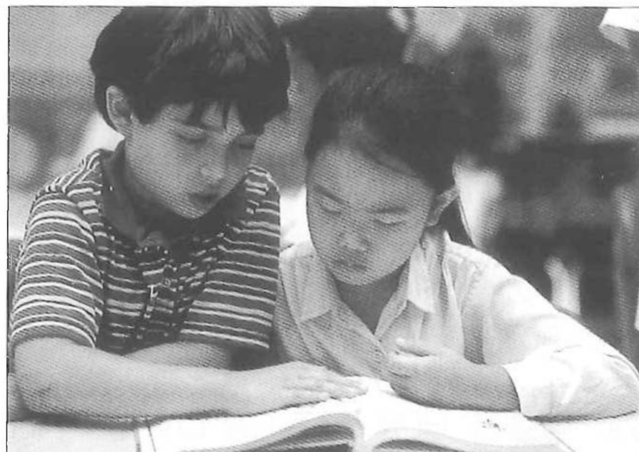
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Có phải một số trong những cách này giáo viên khuyến khích việc học của học sinh thích hợp hơn đối với học sinh trong giai đoạn hoạt động cụ thể của Piaget hay không? Có phải một số hiệu quả hơn đối với học sinh trong giai đoạn hoạt động chính thức hay không?

- *Xem trọng việc dạy kèm.* Họ làm việc với từng học sinh hoặc trong từng nhóm nhỏ, sao cho có thể giảng dạy theo trình độ của từng em và kiểm tra hiểu biết của mỗi em. Họ cũng khuyến khích bạn đồng tuổi dạy kèm, như trong ảnh chụp, học sinh có khả năng hơn dạy kèm cho học sinh kém khả năng. Trẻ được bạn đồng tuổi dạy kèm học được rất nhiều, và người bạn dạy kèm cũng thế, rõ ràng là vì giảng dạy giúp người dạy kèm sắp xếp kiến thức của mình.
- *Dạy học sinh kỹ thuật giám sát và quản lý việc học của mình.* Học sinh có nhiều khả năng thành tựu hơn khi được hướng dẫn cách nhận biết mục đích của công việc trường học và hiểu các chiến lược hiệu quả để đạt được những mục đích ấy (như mục đích được mô tả ở trang 248 – 249).

Khi giáo viên luôn dựa vào hầu hết những lời hướng dẫn cách giảng dạy hiệu quả thì học sinh thường tiếp thu rất tốt và rất thích thú. Khi giáo viên chỉ dựa vào một vài hướng dẫn thì học sinh thường thi rớt hoặc ở mức độ ít nhất cũng nhận thấy việc học quá khó và trường học tẻ nhạt (Good & Brophy, 1994; Stevenson & Stigler, 1992; Walberg, 1995).

Dĩ nhiên, luôn áp dụng nhất quán từng hướng dẫn trong số này hoàn toàn có thể là một thử thách trong lớp học hiện nay, bạn sẽ hiểu được qua phần Tự tìm hiểu.



TỰ TÌM HIỂU: NHẬN BIẾT CÁCH GIẢNG DẠY TỐT

Cách tốt nhất để tìm hiểu sự khác nhau giữa giảng dạy tốt và tồi là tham quan một số lớp học thực tế. Hãy tham quan 3 hoặc 4 lớp trong ít nhất hai trường học khác nhau. (Bạn có thể sắp xếp điều này bằng cách nói với hiệu trưởng). Kết hợp các nguyên tắc dạy tốt được liệt kê ở trang 271 – 273. Hãy bắt đầu bằng cách quan sát giáo viên và học sinh tương tác với nhau ra sao. Sau đó, xác định xem giáo viên dựa vào từng nguyên tắc trong bao lâu. Nếu có thể, hãy hỏi giáo viên về triết lý và thông lệ giảng dạy, kể cả ý kiến của giáo viên về nguyên tắc giảng dạy. Có lẽ bạn sẽ hiểu rằng hầu hết giáo viên sử dụng một số chứ không phải tất cả những nguyên tắc này. Và bạn cũng hiểu rằng trong lớp học ngày nay, áp dụng nhất quán tất cả nguyên tắc mang tính thử thách rất cao. Bạn hãy tự tìm hiểu!

TỰ KIỂM TRA

1. So với học sinh ở các nước khác, học sinh Mỹ có điểm ______ trong môn toán và khoa học.
2. Ngày nay, biết chữ được định nghĩa là ______.
3. Khoảng ______ học sinh tốt nghiệp phổ thông ở Mỹ có kỹ năng cần thiết cho các vị trí quản lý, thư ký và bán hàng.
4. Trong trường học nơi học sinh thường thành công, sự xuất sắc trong học tập là ưu tiên hàng đầu, trường học an toàn và dưỡng dục, sự tiến bộ của giáo viên và học sinh được giám sát, và ______.

5. Giáo viên hiệu quả quản lý lớp học tốt, nghĩ rằng mình có trách nhiệm đối với việc học của học sinh, ______, giảng dạy tích cực, chú ý đến tiến độ, đánh giá cao dạy kèm, và cho học sinh biết cách giám sát việc học của chính mình.
6. Nhiều trường học sử dụng máy vi tính để giúp học sinh tập đọc và học toán. Đặc điểm "giáo viên hiệu quả" nào áp dụng cho máy vi tính?

Trả lời: (1) thấp hơn, (2) có khả năng sử dụng thông tin dạng in và về lượng một cách hiệu quả, (3) 1/3, (4) bố mẹ tham gia, (5) chú trọng sự nắm vững chủ đề

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Chúng ta bắt đầu chương bằng cách khảo sát sự phát triển nhận thức của trẻ con. Cùng lúc với việc đứa trẻ đến trường, đứa trẻ bước vào giai đoạn hoạt động cụ thể của Piaget. Khi lớn lên, suy nghĩ của nó thay đổi từ cụ thể sang trừu tượng. Như Adrian, trẻ con dần dần chọn các chiến lược học tập cần thiết cho việc thành tựu ở trường học.

Kế đến chúng ta tìm hiểu nguồn gốc ra đời của trắc nghiệm trí năng và tìm hiểu ngày nay sử dụng trắc nghiệm ra sao. Điểm số trắc nghiệm dự đoán thành tựu trong trường học vì chúng kiểm tra kiến thức và kỹ năng vốn là điều kiện tiên quyết cho sự thành công ở trường học. Điểm số trắc nghiệm thấp giống như điểm số của Charlene, biểu thị rằng học sinh có thể thiếu kỹ năng cần thiết cho sự thành công ở trường học.

Chúng ta cũng khảo sát một trong những lý do giải thích tại sao việc giáo dục học sinh Mỹ là một thử thách như thế: trường học đương đại phục vụ một dải rộng trẻ con, bao gồm trẻ con có khiếu, trẻ con giảm thiểu trí năng, và trẻ con bất lực tập quen như Sanjit. Mục đích đối với tất cả trẻ con là phải được giáo dục với tiềm năng đầy đủ nhất của trẻ con nhưng chúng ta vẫn chưa biết cách nào phù hợp nhất với tất cả học sinh trong trường học hiện nay.

Chúng ta kết thúc chương bằng một khảo sát trường học ở Mỹ. Theo tiêu chuẩn lịch sử, học sinh ngày nay có năng lực phi thường. Tuy nhiên, vì nhu cầu của một xã hội tinh vi về công nghệ và logic, học sinh Mỹ được giáo dục chưa đúng mức. Trái với thái độ hoài nghi của Wally, học sinh Mỹ thực sự tụt hậu so với học sinh ở các nước công nghiệp khác. Tuy nhiên, vẫn còn lý do để lạc quan. Nghiên cứu cho thấy một số yếu tố liên quan trường học và giáo viên thúc đẩy thành tựu của học sinh.

TÓM TẮT



Phát triển nhận thức

Suy nghĩ tinh vi hơn: phiên bản của Piaget

• Trong quá trình chuyển sang giai đoạn hoạt động cụ thể của Piaget, trẻ con ít tự đề cao mình hơn, hiếm khi nhầm lẫn giữa vẻ ngoài với thực tế, và có thể đảo ngược suy nghĩ của mình. Lúc này đứa trẻ giải quyết vấn đề chấp nhận quan điểm, chuyện trò và bao gồm cả lớp học một cách chính xác. Suy nghĩ trong giai đoạn này bị hạn chế ở điều có thực và cụ thể.

• Với sự khởi đầu suy nghĩ hoạt động chính thức, thanh niên có thể suy nghĩ theo giả thuyết và lập luận trừu tượng. Trong lập luận suy diễn, thanh niên hiểu rằng kết luận dựa trên logic chứ không phải dựa trên kinh nghiệm.

• Phê bình giải thích suy nghĩ hoạt động chính thức của Piaget nhắm vào hai khiếm khuyết. Thứ nhất, trong suy nghĩ mỗi ngày, lập luận của thanh niên thường kém tinh vi hơn mong đợi ở người suy nghĩ hoạt động chính thức. Thứ hai, Piaget cho rằng sau khi đạt đến giai đoạn hoạt động chính thức, suy nghĩ không bao giờ thay đổi về chất thêm lần nữa.

Chiến lược xử lý thông tin trong học tập và ghi nhớ

• Ôn tập và các chiến lược nhớ khác được dùng để chuyển thông tin từ trí nhớ hoạt động, nơi lưu trữ thông tin tạm thời, sang trí nhớ dài hạn, nơi lưu trữ kiến thức vĩnh viễn. Trẻ con bắt đầu ôn tập khi 7 – 8 tuổi và chọn các chiến lược khác khi lớn tuổi hơn.

• Sử dụng chiến lược hiệu quả trong học tập và ghi nhớ bắt đầu bằng phân tích mục tiêu trong công việc học tập bất kỳ. Cũng như bao gồm việc giám sát việc thực hiện để xác định liệu chiến lược có tác dụng hay không. Nói chung, những quá trình này hình thành một nhóm kỹ năng học tập quan trọng.

Khả năng đến trường

Binet và phát triển trắc nghiệm trí năng

• Binet tạo ra trắc nghiệm trí năng đầu tiên để nhận biết học sinh gặp khó khăn trong trường học. Sử dụng công trình này, Terman tạo ra trắc nghiệm Stanford-Binet năm 1916, đến nay vẫn là trắc nghiệm trí năng quan trọng. Trắc nghiệm Stanford-Binet đưa ra khái niệm chỉ số thông minh (IQ): MA/CA x 100.

Trắc nghiệm có tác dụng không?

• Trắc nghiệm trí năng đáng tin có nghĩa là người ta thường thu được điểm số nhất quán trong trắc nghiệm. Trắc nghiệm trí năng là cách đánh giá giá trị hợp lý về thành tựu trong trường học, nhưng có lẽ không đánh giá các khía cạnh trí năng quan trọng bên ngoài trường học.

Thành phần trí năng

• Thuyết trí năng hiện đại bao gồm nhiều thành phần trí năng riêng biệt. Thuyết của Gardner bao gồm trí năng ngôn ngữ, logic – toán học, không gian, âm nhạc, vận động cơ thể, giữa cá nhân với nhau, và trong chiến lược. Thuyết Tam đầu của Sternberg bao gồm các lý thuyết phụ bối cảnh, kinh nghiệm và thành phần.

Tác động của chủng tộc, dân tộc và giai cấp xã hội

• Điểm số IQ trung bình đối với người Mỹ gốc Phi thấp hơn điểm số trung bình của người Mỹ gốc Âu khoảng 15 điểm. Sự chênh lệch này quy kết vào thực tế có nhiều trẻ con Mỹ gốc Phi sống trong đói nghèo hơn và hầu hết trắc nghiệm trí năng đánh giá kiến thức dựa trên kinh nghiệm của giai cấp trung lưu. Điểm số IQ là dấu hiệu chỉ báo thành công trong trường học có giá trị, tuy nhiên, vì kinh nghiệm của giai cấp trung lưu thường là điều kiện tiên quyết cho sự thành công trong trường học Mỹ.

Các yếu tố di truyền và môi trường

• Chứng cứ tác động của di truyền đối với IQ phát xuất từ chứng cứ cho rằng điểm số IQ của anh chị em ruột giống nhau nhiều hơn vì anh chị em ruột về mặt di truyền giống nhau. Chứng cứ tác động của môi trường phát xuất từ chứng cứ cho rằng đứa trẻ sống trong môi trường gia đình được tổ chức tốt, quan tâm thường có điểm số

IQ cao hơn cũng đứa như trẻ tham gia các dự án can thiệp.



Trẻ con đặc biệt, nhu cầu đặc biệt

Trẻ con có năng khiếu và sáng tạo

• Theo truyền thống, trẻ con có năng khiếu là số trẻ con có điểm số cao trong trắc nghiệm IQ. Định nghĩa sự có năng khiếu hiện đại được mở rộng để bao gồm tài năng đặc biệt chẳng hạn như trong nghệ thuật. Cho dù định nghĩa thế nào đi nữa, sự có năng khiếu phải được bố mẹ và giáo viên nuôi dưỡng. Trái với dân gian trẻ con có khiếu trưởng thành về mặt xã hội và ổn định về mặt cảm xúc.

• Tính sáng tạo đi kèm với suy nghĩ phân kỳ, trong đó mục đích là phải suy nghĩ theo hướng mới lạ, đặc biệt. Trắc nghiệm suy nghĩ phân kỳ có thể dự đoán đứa trẻ nào có nhiều khả năng sáng tạo nhất. Tính sáng tạo có thể được nuôi dưỡng bằng kinh nghiệm khuyến khích đứa trẻ suy nghĩ linh động và tìm kiếm các biện pháp thay thế.

Trẻ con bị giảm thiểu trí năng

• Cá nhân bị giảm thiểu trí năng có điểm số IQ từ 70 trở xuống và sút giảm trong hành vi thích nghi. Giảm thiểu trí năng hữu cơ, nghiêm trọng nhưng tương đối hiếm, có thể liên kết với nguyên nhân Sinh học hoặc cơ thể cụ thể, giảm thiểu trí năng gia đình, không nghiêm trọng bằng nhưng phổ biến hơn, phản ánh đầu phân bố trí năng bình thường thấp hơn. Hầu hết những người giảm thiểu trí năng được phân loại thành giảm thiểu trí năng nhẹ hoặc có thể giáo dục được, họ cũng đi học được, làm việc và lập gia đình.

Trẻ con bất lực tập quen

• Trẻ con bất lực tập quen có trí năng bình thường nhưng gặp khó khăn trong việc nắm vững môn học cụ thể. Phổ biến nhất là bất lực tập đọc, thường do hiểu biết chưa đầy đủ và sử dụng âm ngôn ngữ không thích hợp.

Rối loạn hoạt động quá mức thiếu chú ý (ADHD)

• Trẻ con bị ADHD dễ nhận biết vì hoạt động quá mức, không chú ý và bốc đồng. Đứa trẻ thường có vấn đề hạnh kiểm và học kém trong trường học. ADHD là do di truyền và cách nuôi dạy của bố mẹ không hiệu quả dẫn đến hành vi bốc đồng của con trẻ. Trẻ con bị ADHD thường được cho uống thuốc kích thích, làm đứa trẻ điềm tĩnh lại. Đứa trẻ cũng được hướng dẫn nhiều cách điều tiết hành vi và chú ý của mình hiệu quả hơn.



Học trong nhà trường

Phân loại các trường học ở Mỹ

• Học sinh tiểu học và trung học ở Mỹ học kém hơn học sinh ở các nước công nghiệp phát triển khác. Ngoài ra, mặc dù công dân Mỹ đều biết chữ xét theo tiêu chuẩn truyền thống khi sự biết chữ được định nghĩa theo nghĩa hiểu biết thông tin văn xuôi, tài liệu và về lượng, chỉ có một thiểu số học sinh tốt nghiệp trung học ở Mỹ mới có kỹ năng cần thiết cho sự thành công trong nơi làm việc ngày càng phức tạp trong thời buổi hiện nay.

Trường học hiệu quả, giáo viên hiệu quả

• Trường học ảnh hưởng đến thành tựu của học sinh theo nhiều cách. Học sinh có nhiều khả năng thành tựu khi trường học chú trọng sự xuất sắc trong học tập,

có môi trường an toàn và dưỡng dục, giám sát tiến bộ của học sinh và giáo viên và khuyến khích bố mẹ tham gia.

• Học sinh đạt được trình độ cao hơn khi giáo viên quản lý lớp học hiệu quả, chịu trách nhiệm đối với việc học của học sinh, hướng dẫn nắm vững nội dung bài giảng, tiến độ giảng dạy phù hợp, và hướng dẫn cách giám sát việc học của chính mình cho học sinh.

TỪ KHÓA

hoạt động suy nghĩ

lập luận suy diễn

trí nhớ hoạt động

trí nhớ dài hạn

độ tuổi suy nghĩ (MA)

chỉ số thông minh (IQ)

trắc nghiệm trí năng công bằng văn hóa

suy nghĩ hội tụ

suy nghĩ phân kỳ

giảm thiểu trí năng

giảm thiểu trí năng hữu cơ

giảm thiểu trí năng gia đình

bất lực tập quen

xử lý âm vị

biết chữ

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BARKLEY, R. A. (1995). *Taking charge of ADHD: The complete, authoritative guide for parents.* New York: Guilford. Do một trong những chuyên gia hàng đầu về ADHD biên soạn, quyển sách này mô tả rõ ràng nghiên cứu nào cho biết tính chất của ADHD. Quyển sách cũng cung cấp một lượng thông tin thực tế phong phú dành cho phụ huynh và giáo viên trong nhiều chủ đề, như tác dụng của thuốc và cách cải thiện hoạt động của trẻ trong lớp học.

FISKE, E. B. (1992). *Smart schools, smart kids.* New York: Touchstone. Tác giả khảo sát một số trường học ngoại lệ ở Mỹ để tìm hiểu những thành phần quan trọng của một trường học thành công.

FLAVELL, J. H., MILLER, P. H., & MILLER, S. A. (1993). *Cognitive development* (xuất bản lần thứ 3). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Chúng ta đề nghị quyển sách này trong Chương 4 như một nguồn thông tin tốt về sự phát triển nhận thức ở trẻ nhỏ, nhưng cũng đề cập sự phát triển suy nghĩ ở trẻ độ tuổi đến trường và tuổi thanh niên.

GARDNER,H. (1993). *Creating minds.* New York: Basic Books. Tác giả mô tả cuộc đời của những con người sáng tạo phi thường như Einstein và Picasso để tìm hiểu điều kiện nuôi dưỡng tính sáng tạo.

STEVENSON, H. W., & STIGLER, J. W. (1992). *The learning gap.* New York: Summit. Tác giả đã tiến hành một số nghiên cứu trường học giữa các nền văn hóa tốn kém nhất, tìm hiểu tại sao trẻ con Mỹ độ tuổi đến trường có kết quả học tập kém khi so với học sinh Nhật Bản và đề nghị nên học hỏi ở các trường học Nhật Bản.



CHƯƠNG 7

MỞ RỘNG CHÂN TRỜI XÃ HỘI

Mặc dù bạn chưa hề tham dự khóa học nào mang tên "Văn hóa 101", nhưng kiến thức của bạn về văn hóa không phải là tệ như tất cả mọi người khác, ngay từ lúc mới sinh bạn đã học cách sống trong nền văn hóa của mình. *Dạy cho trẻ con biết giá trị, vai trò và hành vi trong nền văn hóa của nó* – xã hội hóa – *là một mục tiêu quan trọng của tất cả mọi người.* Trong hầu hết các nền văn hóa công việc xã hội ban đầu thuộc về bố mẹ. Trong phần đầu của chương này, chúng ta tìm hiểu bố mẹ ấn định và cố gắng củng cố tiêu chuẩn hành vi cho con mình ra sao.

Ít lâu sau các tác động mạnh khác góp phần vào xã hội hóa. Trong phần thứ hai, bạn sẽ tìm hiểu bạn đồng tuổi có ảnh hưởng ra sao qua cả tình bạn cá nhân và các nhóm xã hội. Kế tiếp, bạn sẽ tìm hiểu phương tiện truyền thông – nhất là truyền hình – cũng góp phần vào xã hội hóa.

Khi trẻ con được xã hội hóa, nó bắt đầu tìm hiểu về người khác nhiều hơn. Chúng ta sẽ kiểm soát sự hiểu biết đang phát triển này trong phần cuối chương.

MỐI QUAN HỆ GIA ĐÌNH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các khía cạnh chính trong kiểu làm bố mẹ là gì? Chúng có ảnh hưởng ra sao đối với sự phát triển của trẻ con?**
- **Điều gì xác định sự hòa thuận của anh chị em ruột? Con đầu lòng, con thứ và con một khác nhau ra sao?**
- **Ly hôn và tái hôn ảnh hưởng đến trẻ con như thế nào?**
- **Yếu tố nào góp phần cho sự ngược đãi trẻ con?**

TANYA VÀ SHEILA, *cả hai đều là học sinh lớp 6, muốn đi xem buổi hòa nhạc Smashing Pumpkins cùng với hai bạn trai học cùng trường. Khi Tanya xin phép mẹ, mẹ bảo "Không được!" Tanya bướng bỉnh cãi lại, "Tại sao?" Mẹ phát cáu: "Mẹ bảo không là không. Đừng làm mẹ bực mình nữa". Sheila cũng không được phép đi. Khi cô bé hỏi tại sao, mẹ cô trả lời "Mẹ nghĩ con còn quá nhỏ không nên hẹn hò làm sao biết con xem hòa nhạc hay không?. Nếu con đi chơi với Tanya, mẹ đồng ý. Thế bạn suy nghĩ gì về chuyện này?"*

Gia đình. Từ này rất thiêng liêng đối với hầu hết mọi người Mỹ cũng giống như bóng chày, món bánh nhân táo và xe Chevrolet vậy. Nhưng khi bạn nghĩ gia đình là thường nghĩ về điều gì? Truyền hình cho chúng ta một lời đáp. Từ *Leave It to Beaver* đến *Family Ties* cho đến *Home Improvement,* truyền hình bảo rằng gia đình ở Mỹ bao gồm một mẹ, một bố, hai hoặc ba con. Dĩ nhiên, thực ra gia đình rất đa dạng giống như con người trong gia đình. Một số gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ và một con duy nhất. Các gia đình khác bao gồm hai bố mẹ, nhiều con, ông bà và nhiều người thân khác.

Tất cả những cấu hình gia đình này đều có một mục tiêu chung: chăm sóc và xã hội hóa con cái. Nghiên cứu hoạt động chức năng gia đình của chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát mối quan hệ bố mẹ – con cái và mô tả các tiếp cận khác nhau trong kiểu làm bố mẹ được minh họa bằng hai bà mẹ.

KHÍA CẠNH VÀ KIỂU LÀM BỐ MẸ

Bố mẹ như bố mẹ của Tanya có phải quá nghiêm khắc hay không? Họ có khuyến khích thảo luận như bố mẹ của Sheila hay không? Bố mẹ của bạn có thường bảo bạn phải nên làm gì đó hay không? Hay bố mẹ để cho bạn muốn làm gì tùy ý?

Những câu hỏi này tập trung vào hai khía cạnh quan trọng trong mối quan hệ bố mẹ – con cái nổi bật nhất quán trong nghiên cứu. Một khía cạnh là mức độ nhiệt tình và quan tâm đáp ứng mà bố mẹ dành cho con cái. Ở một thái cực, một số bố mẹ đối xử tình cảm, và nhiệt tình với con mình, họ quan tâm đến con cái về mặt cảm xúc, sẵn sàng dành thời gian và nỗ lực cùng với con. Ở một thái cực khác, bố mẹ tương đối không quan tâm đến con, thậm chí còn tỏ thái độ thù địch. Bố mẹ



B.C.© 1994. In lại với sự cho phép của Johny Hart và Creators Syndicate, Inc.

như thế thường có vẻ chú trọng ý muốn của mình nhiều hơn là ý muốn của con (Parke & Buriel, 1998).

Theo như bạn nghĩ, trẻ con hưởng lợi từ bố mẹ biết quan tâm đến con. Khi bố mẹ quan tâm, trẻ con thường cảm thấy yên tâm, hạnh phúc và có cách hành xử tốt hơn. Trái lại, khi bố mẹ không quan tâm hoặc thù địch thì con cái thường lo âu, kém kiểm soát hơn, như hình vẽ minh họa, lòng tự trọng thấp hơn (Pettit, Bates, & Dodge, 1997).

Khía cạnh thứ hai trong hành vi bố mẹ là sự kiểm soát mà bố mẹ sử dụng đối với hành vi của con mình. Ở một thái cực là bố mẹ đòi hỏi khắc khe, kiểm soát chặt chẽ. Bố mẹ như thế trông có vẻ can thiệp vào cuộc sống của con mình. Ở một thái cực khác là bố mẹ yêu cầu ít hơn và hiếm khi sử dụng sự kiểm soát và con cái được tự do làm hầu như bất kỳ chuyện gì không phải sợ bố mẹ la rầy.

Không có thái cực nào trong số này đáng được mong muốn. Kiểm soát quá mức sẽ làm cho con cái không hài lòng vì tước đi cơ hội đáp ứng tiêu chuẩn hành vi của chính con mình, vốn là mục tiêu xã hội hóa sau cùng. Trẻ con vị thành niên "thường báo cáo" không bao giờ tập tự mình rằng quyết định (chẳng hạn "con có nên đi dự tiệc với người mà con chưa biết rõ hay không?"). Làm bố mẹ không hề kiểm soát con cái cũng thất bại vì con cái không nhìn thấy các tiêu chuẩn hành vi mà nền văn hóa đòi hỏi ở mình. Trẻ con vị thành niên không bao giờ "báo cáo" nghĩ rằng mình không cần giải thích cho hành vi, về lâu về dài chắc chắn là không đúng.

Bố mẹ cần phải cân đối, duy trì sự kiểm soát thích hợp trong khi vẫn cho phép con được tự do đối với một số quyết định cho chính mình. Nói dễ hơn làm, nhưng một xuất phát điểm tốt là ấn định tiêu chuẩn thích hợp với độ tuổi của con, sau đó chỉ cho con cách đáp ứng tiêu chuẩn ấy và sau cùng thưởng cho con khi con đã đáp ứng (Powers & Roberts,1995; Rotto & Kratochwill, 1994). Giả sử một bà mẹ muốn đứa con trước tuổi đến trường xếp và cất vớ. Đây là một yêu cầu hợp lý vì trẻ con có đủ khả năng thực hiện công việc đơn giản này và trẻ biết nơi cất vớ. Như bà mẹ trong ảnh, mẹ sẽ chỉ cho con gái cách làm rồi sau đó tỏ ý khen khi trẻ đang xếp vớ.

Một khi tiêu chuẩn được đưa ra, thì phải được củng cố thường xuyên. Qua thời gian, nghiên cứu chứng minh rằng trẻ con và thanh niên thường biết vâng lời hơn



khi bố mẹ thường xuyên củng cố qui định. Chẳng hạn, một bà mẹ yêu cầu con trai mỗi đêm phải dọn dẹp đồ chơi chứ không phải lâu lâu mới nhắc một lần. Nếu bố mẹ củng cố qui định một cách thất thường thì nó sẽ xem những qui định này là tùy chọn thay vì nghĩa vụ và nó sẽ tránh không tuân theo (Conger, Patterson, & Ge, 1995).

Yếu tố kiểm soát hiệu quả khác là truyền đạt. Bố mẹ nên giải thích tại sao mình đặt ra tiêu chuẩn và tại sao mình thưởng phạt như thế. Mẹ nên giải thích cho con trai biết căn phòng bừa bãi là thiếu an toàn, khó tìm được đồ vật mình cần và làm cho mẹ khó quét dọn. Bố mẹ cũng khuyến khích con đặt câu hỏi nếu con không hiểu hoặc không đồng ý với tiêu chuẩn. Nếu con trai nghĩ rằng tiêu chuẩn quét dọn sạch sẽ của mẹ là quá cao không thể chơi trong phòng mình thì cậu bé sẽ cảm thấy thoải mái khi nêu vấn đề này với mẹ mà không sợ mẹ giận.

Tiếp cận kiểm soát cân đối – trên cơ sở tiêu chuẩn thích hợp với độ tuổi, tính nhất quán và truyền đạt – tránh những vấn đề đi kèm với sự kiểm soát quá mức vì mong đợi sẽ phản ánh mức độ trưởng thành của trẻ con và nó thẳng thắn trong thảo luận. Tiếp cận cân đối cũng tránh các vấn đề kiểm soát quá ít vì có những tiêu chuẩn và bố mẹ mong đợi con mình đáp ứng những tiêu chuẩn ấy một cách nhất quán.

Thế còn hình phạt? Hầu hết bố mẹ sử dụng một số hình thức hình phạt như một phương tiện kiểm soát con mình. Như chúng ta giải thích trong chương 1, hình phạt bao gồm sự áp dụng kích thích bất lợi hoặc lấy đi kích thích thích thú. Hãy dành ít phút suy nghĩ về một số phương pháp thông thường mà bố mẹ sử dụng để trừng phạt. Có lẽ bạn nghĩ đến đánh đòn và khiển trách chẳng hạn "không có gì lạ khi con không quét dọn phòng mình – con không làm bất kỳ việc gì quanh đây để giúp mẹ!"*Những lời khiển trách này minh họa phương pháp trừng phạt* khẳng định quyền hạn, *tất cả những gì phụ thuộc vào quyền hạn lớn hơn của bố mẹ.* Khẳng định quyền hạn bao gồm đánh đòn, đe dọa hoặc làm bẽ mặt. Trong thời gian ngắn, khẳng định quyền hạn "có tác dụng", theo nghĩa hạn chế mà trẻ con thường thực hiện hành vi đáng mong muốn hoặc chấm dứt hành vi xúc phạm. Tuy nhiên, về lâu dài, khẳng định quyền hạn không hiệu quả vì (1) trẻ con sợ bố mẹ, (2) ít có khả năng trẻ con ghi nhớ các qui tắc xã hội và (3) như tập trung tập quen xã hội nhắc chúng ta, trẻ con thường bắt chước hành vi gây hấn của bố mẹ (Hoffman, 1970; Parke & Slaby, 1983).

Các phương pháp trừng phạt khác hiệu quả hơn nhiều. *Trong* time-out, *khi trẻ có hành vi xúc phạm, trẻ thường ngồi một mình ở nơi yên tĩnh, không kích thích trong một thời gian ngắn.* Một số bố mẹ thấy con ngồi một mình trong nhà tắm, số khác thấy con ngồi thu mình trong góc phòng như trong ảnh chụp (trang 283). Time-out là trừng phạt vì nó gián đoạn hoạt động đang diễn ra của trẻ và cô lập trẻ với các thành viên khác trong gia đình, đồ chơi, sách vở và nói chung, tất cả hình thức kích thích tưởng thưởng khác. Thời gian này thường ngắn, kéo dài vài phút, để cho bố mẹ sử dụng phương pháp một cách nhất quán. Trong time-out, cả bố mẹ lẫn con cái thường trầm lại. Sau đó khi đã qua time-out, bố mẹ có thể nói chuyện với con, giải thích rõ ràng tại sao hành vi bị trừng phạt là điều khó chịu, và giải thích con nên làm điều gì để thay thế,

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một lý thuyết gia tập quen xã hội giải thích tầm quan trọng của tính nhất quán và truyền đạt trong việc kiểm soát của bố mẹ hiệu quả ra sao? Giải thích của lý thuyết gia xử lý thông tin có tương tự hay không?

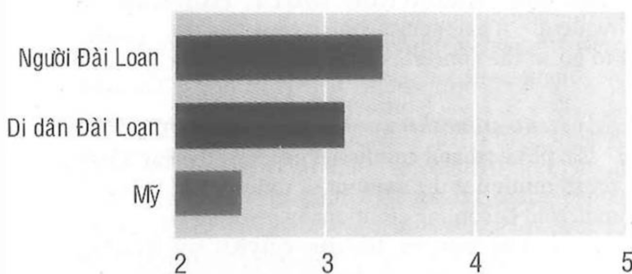


"Lập luận" như thế này - thậm chí đối với trẻ con trước tuổi đến trường – rất hữu ích vì nó nhấn mạnh tại sao bố mẹ trừng phạt và nên tránh trừng phạt sau này bằng cách nào.

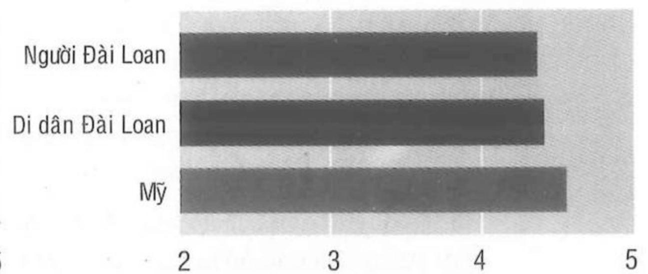
Sự khác biệt văn hóa trong khía cạnh hành vi của bố mẹ

Quan điểm về lượng kiểm soát "thích hợp" và lượng nhiệt tình "thích hợp" phản ánh di sản văn hóa kế thừa của bố mẹ (Parke & Buriel, 1998). Người Mỹ gốc Âu muốn con mình vui và trở thành cá nhân tự lực, họ cho rằng những mục tiêu này có thể đạt được tốt nhất khi bố mẹ nhiệt tình quan tâm và sử dụng sự kiểm soát vừa phải (Goodnow, 1992; Spence, 1985). Trái lại, ở nhiều nước châu Á và châu Mỹ Latin, chủ nghĩa cá nhân không quan trọng bằng sự hợp tác và cộng tác (Okagaki & Sternberg, 1993). Chẳng hạn, ở Trung Quốc, nguyên tắc Khổng giáo dạy rằng bố mẹ luôn có quyền và sự kiềm chế cảm xúc là điều quan trọng cho sự hòa thuận trong gia đình (Chao, 1983). Dựa vào những nguyên tắc này, chúng ta nghĩ rằng bố mẹ người Hoa không quan tâm nhiệt tình đến con cái mà kiểm soát nhiều hơn bố mẹ Bắc Mỹ. Lin và Fu (1990) tìm thấy mẫu này như trong biểu đồ bên dưới. So với bố mẹ ở Mỹ, bố mẹ ở Đài Loan có nhiều khả năng nhấn mạnh đến sự kiểm soát của bố mẹ và ít có khả năng thể hiện tình cảm.

Cũng được thể hiện trong sơ đồ là kết quả dành cho nhóm thứ ba do Lin và Fu nghiên cứu. Bố mẹ trong nhóm này từ Đài Loan di cư sang, hiện đang sống ở Mỹ, rồi sinh con. Các khám phá nhóm này là đặt nó giữa các nhóm khác theo nghĩa tình cảm và kiểm soát. Nghĩa là, bố mẹ Đài Loan di dân kiểm soát ít hơn bố mẹ Đài Loan ở Đài Loan nhưng kiểm soát nhiều hơn bố mẹ Mỹ. Tương tự, họ dành tình cảm cho con nhiều hơn bố mẹ Đài Loan ở Đài Loan, nhưng không nhiệt tình bằng bố mẹ Mỹ. Cả hai kết quả cho thấy nhóm di dân dần dần bị văn hóa Mỹ đồng hóa.



Sự chú trọng của bố mẹ trong việc kiểm soát con cái (5 = chú trọng nhiều nhất)



Sự chú trọng của bố mẹ trong thể hiện tình cảm (5 = chú trọng nhiều nhất)

Theo số liệu của Lin và Fu, 1990.

Kết quả của nghiên cứu Lin và Fu cho thấy hành vi của bố mẹ phản ánh giá trị văn hóa. Hành vi của bố mẹ Đài Loan nhất quán với nguyên tắc đạo Khổng vốn là tâm điểm trong nền văn hóa Trung Hoa truyền thống. Trong số người Mỹ gốc Âu, hành vi của bố mẹ thường phản ánh niềm tin văn hóa lâu đời vào tầm quan trọng của chủ nghĩa cá nhân và tính tự lực. Hành vi của bố mẹ Đài Loan di dân là sự hỗn hợp giữa văn hóa Trung Hoa truyền thống với giá trị phương Tây. Trong những xã hội này và trong mọi xã hội, giá trị văn hóa giúp cụ thể hóa những phương pháp thích hợp cho bố mẹ tương tác với con cháu (Harwood và người khác, 1996; Patel, Power, & Bhavnagri, 1996).

Kiểu bố mẹ

Khi kết hợp khía cạnh tình cảm và kiểm soát, nổi bật bốn kiểu nguyên mẫu làm bố mẹ (Baumrind, 1975, 1991b).

- Bố mẹ độc đoán *kết hợp sự kiểm soát chặt chẽ, ít tình cảm.* Những bố mẹ này đặt ra qui tắc và mong đợi con trẻ tuân thủ không thảo luận hoặc tranh cãi. Làm việc chuyên cần, kính trọng và vâng lời là những gì mà bố mẹ độc đoán muốn có ở con mình. Có ít việc cho và nhận giữa bố mẹ và con cái vì bố mẹ độc đoán không cân đối nhu cầu của mình với sự xem xét nhu cầu và nguyện vọng của con. Kiểu này được minh họa qua hình ảnh bà mẹ của Tanya trong phần minh họa. Bà mẹ cảm thấy không có trách nhiệm phải giải thích lý do tại sao bà không cho phép Tanya đi nghe hòa nhạc.

- Bố mẹ quyền uy *kết hợp mức độ kiểm soát tương đối của bố mẹ với tình cảm và sự quan tâm đến con cái.* Bố mẹ quyền uy thích đưa ra lời giải thích các qui tắc và khuyến khích thảo luận. Kiểu này được minh họa qua hình ảnh bà mẹ của Sheila trong phần minh họa. Bà giải thích tại sao bà không muốn Sheila đi nghe hòa nhạc với bạn trai và khuyến khích con gái thảo luận vấn đề với mình.

- Bố mẹ nuông chiều thoải mái *rất tình cảm và quan tâm nhưng ít kiểm soát đối với con.* Họ thường chấp nhận phần lớn hành vi của con và trừng phạt con không thường xuyên. Bố mẹ sử dụng kiểu này sẵn sàng đồng ý với lời đề nghị đi nghe hòa nhạc của con, hoàn toàn là vì con họ đang muốn làm một điều gì đó.

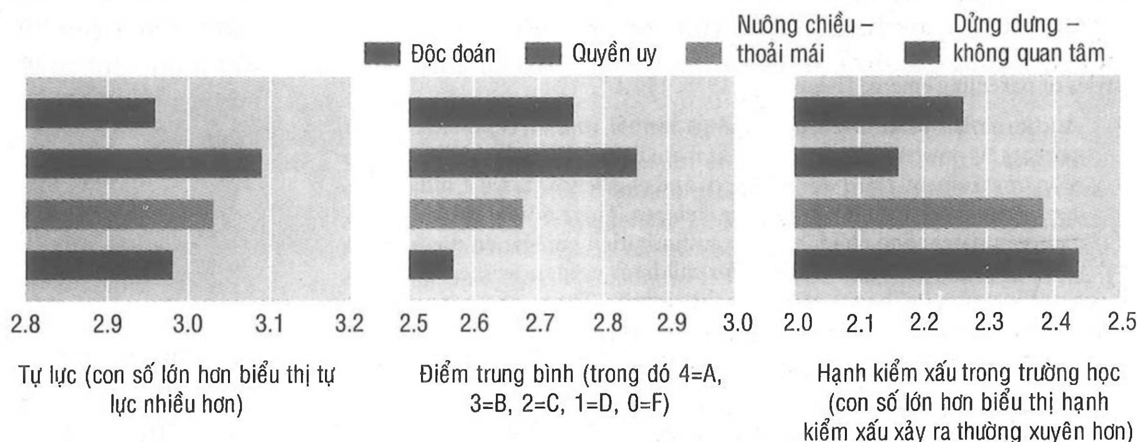
- Bố mẹ dửng dưng – không quan tâm *không tình cảm cũng không kiểm soát.* Những bố mẹ này cung cấp nhu cầu cảm xúc và vật chất của con nhưng ít đáp ứng nhu cầu khác. Họ cố gắng giảm thiểu lượng thời gian và nỗ lực dành cho con và tránh quan tâm cảm xúc với con. Nếu Tanya và Sheila có mẹ sử dụng kiểu này thì cả hai cứ việc đi nghe hòa nhạc khỏi phải xin phép, vì biết rằng bố mẹ không quan tâm và đúng ra không muốn bị quấy rầy.

Kiểu bố mẹ khá ổn định qua thời gian. Bố mẹ quyền uy với trẻ độ tuổi đến trường thường trở thành độc đoán khi con mình đã là thanh niên (McNally, Eisenberg, & Harris, 1991). Dựa vào tính ổn định này, bạn không nên ngạc nhiên khi biết rằng kiểu bố mẹ ảnh hưởng đến sự phát triển của con (Baumrind, 1991a; Hinshaw và người khác, 1997; Parke & Buriel, 1998).

- Trẻ con có bố mẹ độc đoán thường có điểm thấp trong trường học, thái độ tự trọng thấp hơn và không khéo léo trong kết bạn.

- Trẻ con có bố mẹ quyền uy thường có điểm cao hơn, thường có trách nhiệm, tự lực và thân thiện.

- Trẻ con có bố mẹ nuông chiều thoải mái có điểm thấp hơn, thường bốc đồng, dễ thất vọng.



Theo số liệu của Lamborn và người khác, 1991.

- Trẻ có bố mẹ dửng dưng – không quan tâm thường có thái độ tự trọng thấp, bốc đồng, gây hấn và ủ rũ.

Phần lớn những kết quả này có thể nhìn thấy trong nghiên cứu của Lamborn và đồng nghiệp (1991), khảo sát ảnh hưởng của kiểu bố mẹ đối với sự phát triển tâm lý xã hội và hoạt động trong trường học của học sinh trung học. Kết quả được mô tả trong biểu đồ phức tạp nhưng thể hiện một mẫu rất nhất quán. Thanh niên có bố mẹ quyền uy có điểm số cao nhất trong tất cả đánh giá: tự lực nhiều nhất, điểm cao nhất, ít có hành vi xúc phạm trong trường học.

Thanh niên có bố mẹ dửng dưng – không quan tâm thường ở một thái cực khác: họ tự lực kém hơn, điểm số thấp hơn, có nhiều khả năng hạnh kiểm xấu trong trường học nhất.

Thanh niên có bố mẹ độc đoán hoặc nuông chiều thoải mái nằm ở khoảng giữa các nhóm khác trong hầu hết các đánh giá. Thanh niên có bố mẹ độc đoán kém tự lực nhất trong số bốn nhóm, nhưng về điểm số và hạnh kiểm xấu trong trường học xếp hạng phía sau thanh niên có bố mẹ quyền uy. Thanh niên có bố mẹ nuông chiều thoải mái tự lực gần như thanh niên có bố mẹ quyền uy, nhưng điểm số thấp hơn, và có nhiều khả năng hạnh kiểm xấu trong trường học hơn.

Lợi ích của kiểu làm bố mẹ quyền uy không chỉ hạn chế ở trẻ con Mỹ gốc Âu mà còn áp dụng cho trẻ con và bố mẹ thuộc các nhóm dân tộc thiểu số khác nhau ở Mỹ, bao gồm các dân tộc ở châu Phi, châu Á và con cháu của người Tây Ban Nha (Steinberg và người khác, 1992). Tuy nhiên, một số nhà nghiên cứu nhận thấy kiểu làm bố mẹ độc đoán có thể giúp đứa trẻ lớn lên trong sự nghèo khổ hưởng lợi (Furstenberg, 1993). Tại sao? Khi đứa trẻ lớn lên trong hàng xóm thường xảy ra cảnh bạo hành và tội phạm thì tuyệt đối vâng lời bố mẹ có thể bảo vệ đứa trẻ (Kelley, Power, & Wimbush, 1993).

Vì thế, kiểu bố mẹ kết hợp bằng kiểm soát và tình cảm, quan tâm nhiệt tình thường tốt nhất đối với trẻ con. Tuy nhiên, các yếu tố khác chẳng hạn hàng xóm nguy hiểm hoặc bạo hành có thể làm cho các kiểu bố mẹ khác thích hợp với một số đứa trẻ hơn.

Sự đóng góp của trẻ con: ảnh hưởng tương hỗ

Từ những gì chúng ta vừa bàn, trông có vẻ quan hệ bố mẹ – con cái là con đường một chiều: bố mẹ ảnh hưởng đến hành vi của con cái nhưng không có chuyện ngược lại. Thực ra không có gì hơn là sự thật. Bắt đầu từ lúc mới sinh cho đến suốt cuộc

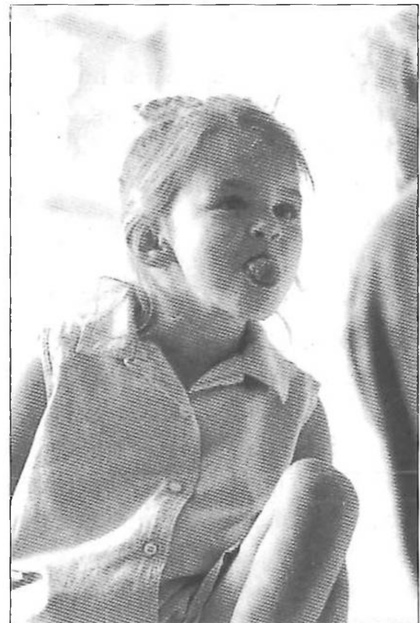
đời, trẻ con tác động đến các cách mà bố mẹ đối xử với mình. Gia đình thực sự là một hệ thống gia đình năng động, tương tác trong đó bố mẹ và con trẻ ảnh hưởng lẫn nhau (Parke & Buriel, 1998).

Một cách hiểu được ảnh hưởng của con trẻ đối với bố mẹ là khảo sát sự thay đổi hành vi của bố mẹ khi con trưởng thành. Kiểu bố mẹ tương tự cực kỳ hiệu quả ở trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con biết đi chập chững không thích hợp đối với thanh niên. Chúng ta hãy khảo sát hai khía cạnh trong hành vi bố mẹ – tình cảm nhiệt tình và kiểm soát. Tình cảm nhiệt tình có lợi trong suốt sự phát triển – trẻ con biết đi chập chững và trẻ vị thành niên rất thích thú khi biết có người khác quan tâm đến mình. Nhưng sự thể hiện tình cảm bố mẹ thay đổi, kiềm chế hơn khi con trưởng thành (McNally, Eisenberg, & Harris, 1991). Ôm ghì lấy và hôn làm con trẻ biết đi chập chững rất thích thú nhưng gây khó chịu đối với thanh niên.

Sự kiểm soát của bố mẹ cũng thay đổi dần khi con trẻ lớn lên (McNally và người khác, 1991). Khi trẻ con phát triển nhận thức và có thể tự quyết định tốt hơn thì bố mẹ dần dần lơi lỏng kiểm soát và mong đợi con mình tự chịu trách nhiệm đối với bản thân. Chẳng hạn, bố mẹ có con độ tuổi đến trường thường theo dõi sự tiến bộ của con qua sự phân công của trường học nhưng bố mẹ của thanh niên thì không, họ nghĩ con mình tự làm. Dĩ nhiên, trong suốt thời thơ ấu và tuổi thanh niên, bố mẹ độc đoán kiểm soát nhiều hơn bố mẹ quyền uy, Tuy nhiên, cả hai loại bố mẹ đối với trẻ con lớn và thanh niên thường kiểm soát ít hơn trẻ con còn nhỏ.

Không những bố mẹ thay đổi cách thể hiện tình cảm nhiệt tình và kiểm soát khi trẻ con trưởng thành, mà còn hành xử khác nhau tùy theo hành vi cụ thể của con. Để minh họa ảnh hưởng tương hỗ giữa bố mẹ và con cái, hãy tưởng tượng hai đứa trẻ phản ứng với kiểu độc đoán của bố mẹ. Cả hai bố mẹ đều tình cảm nhiệt tình và cố sử dụng kiểm soát vừa phải, chú trọng mong đợi nhất quán và truyền đạt tốt. Đứa trẻ thứ nhất sẵn sàng nghe theo yêu cầu của bố mẹ và trả lời tốt trong thảo luận của gia đình về mong đợi của bố mẹ. Những quan hệ bố mẹ – con cái này là minh họa sách giáo khoa của kiểu bố mẹ độc đoán thành công. Trái lại, đứa trẻ thứ hai, như bé gái trong ảnh chụp, thường lưỡng lự không chịu nghe lời và đôi khi mặc kệ lời bố mẹ yêu cầu. Bố mẹ này kiểm soát nhiều hơn, ít tình cảm hơn. Điều này dẫn đến việc con trẻ thậm chí sau này ít vâng lời hơn, thậm chí tạo ra hành vi bố mẹ độc đoán hơn. Trường hợp này tượng trưng cho một ngoại lệ trong qui tắc chung cho rằng kiểu bố mẹ là ổn định: hành vi của con trẻ làm cho bố mẹ phải từ bỏ kiểu quyền uy để chọn kiểu độc đoán hơn.

Hai ví dụ này minh họa rằng hành vi bố mẹ thường phát triển do hành vi của con nói chung. Ở trẻ con còn nhỏ thích làm vui lòng người lớn và kém hành vi hơn, bố mẹ có thể nhận thấy lượng kiểm soát khiêm tốn nhất là thích hợp. Nhưng đối với một đứa trẻ không thân thiện và hoạt



động nhiều hơn thì bố mẹ cần ra lệnh và kiểm soát nhiều hơn (Dumas, LaFreniere, & Serketich, 1995). Vì thế, ảnh hưởng mang tính tương hỗ. Hành vi của con trẻ giúp xác định cách bố mẹ đối xử với con trẻ và hành vi của bố mẹ có thể ảnh hưởng đến hành vi của con trẻ, đến lượt ảnh hưởng này làm cho bố mẹ thay đổi hành vi của mình thêm lần nữa (Stice & Barrea, 1995).

Mối quan hệ bố mẹ – con cái tương hỗ là tâm điểm trong sự phát triển con người, nhưng các mối quan hệ khác trong gia đình cũng có nhiều ảnh hưởng. Đối với nhiều đứa trẻ, mối quan hệ với anh chị em ruột cũng rất quan trọng, chúng ta sẽ thấy trong các trang sau.

ANH CHỊ EM RUỘT

Mỗi đứa con đầu lòng bắt đầu đời sống như con một. Một số vẫn còn là "con một" mãi mãi nhưng hầu hết đều có thêm em trai và em gái. Một số con đầu lòng có thêm em chỉ trong vài năm. Số khác chỉ có thêm một em trai hoặc một em trái. Khi gia đình có thêm thành viên mới thì mối quan hệ bố mẹ – con cái trở nên phức tạp hơn. Bố mẹ không còn tập trung vào một đứa con duy nhất nữa mà phải điều chỉnh để thích nghi với nhu cầu của nhiều đứa. Cũng rất quan trọng, anh chị em ruột cũng ảnh hưởng đến sự phát triển lẫn nhau. Vào những năm trước tuổi đến trường, anh chị em ruột thường dành nhiều thời gian với nhau hơn là với bố mẹ, cho thấy mối quan hệ của anh chị em ruột có nhiều ảnh hưởng (Dunn, 1993; Larson & Richards, 1994). Ngoài ra, sự tương tác giữa anh chị em ruột thường nhiều cảm xúc hơn sự tương tác trong các mối quan hệ khác (Katz, Kramer, & Gottman, 1992).

Sự ra đời của một đứa em ruột thường khiến anh chị của mình lo lắng. Anh chị sẽ lãnh đạm hoặc trở về hành vi trẻ con hơn. Lo lắng thuộc loại này thường gặp ở trẻ đầu lòng nhỏ hơn 3 tuổi khi mẹ sinh



em bé. Lo lắng của đứa trẻ có thể liên kết với nhiều thay đổi diễn ra trong cuộc sống của nó với sự ra đời của đứa em, nhất là nhu cầu chia sẻ tình cảm và sự chú ý của bố mẹ (Gottlieb & Mendelson, 1990). Tuy nhiên, lo lắng có thể tránh được nếu bố mẹ vẫn còn quan tâm nhu cầu của đứa con đầu (Howe & Ross, 1990). Thật ra, một lợi ích của việc sinh em là bố quan tâm đến trẻ con lớn nhiều hơn (Stewart và người khác, 1987).

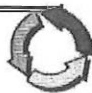
Với em mới sinh, nhiều anh chị lớn giống như trẻ trong ảnh chụp sẽ đảm nhận công việc của bố mẹ chẳng hạn như cho em bú bình hoặc thay tã (Wagner, Schubert, & Schubert, 1985). Khi em lớn, sự tương tác giữa anh chị em ruột trở nên phổ biến hơn và phức tạp hơn. Chẳng hạn, trẻ con biết đi chập chững thường nói chuyện với bố mẹ nhiều hơn anh chị ruột. Tuy nhiên, vào lúc đứa trẻ trước tuổi đến trường 4 tuổi, tình thế thay đổi hoàn toàn: lúc này em nhỏ nói chuyện với anh chị lớn nhiều hơn nói với mẹ (Brown & Dunn, 1992). Anh chị lớn cũng trở thành một nguồn quan tâm và an ủi em nhỏ khi lo lắng, buồn rầu hoặc khó chịu (Garner, Jones, & Palmer, 1994).

Khi thời gian trôi qua, một số anh chị em ruột gắn bó hơn, trở thành người bạn thân nhất theo cách mà những trẻ con không phải anh chị em ruột không thể có

được. Các anh chị em ruột khác thường tranh luận, ganh đua và nói chung hoàn toàn không hòa thuận với nhau. Những mẫu tương tác anh chị em ruột này trông có vẻ được xác lập ngay từ đầu sự phát triển và vẫn giữ nguyên khá ổn định. Dunn, Slomkowski, và Beardsall (1994), chẳng hạn, phỏng vấn các bà mẹ hai lần về sự tương tác của con họ. Lần thứ nhất khi đứa trẻ 3 – 5 tuổi, lần thứ hai vào 7 năm sau, khi đứa trẻ 10 –12 tuổi. Dunn cùng đồng nghiệp phát hiện rằng anh chị em ruột hòa thuận trong những năm trước tuổi đến trường thường tiếp tục hòa thuận cho đến đầu tuổi trưởng thành, trong khi anh chị em ruột thường cãi vã trong những năm trước tuổi đến trường sẽ tiếp tục cãi vã cho đến đầu tuổi trưởng thành.

Yếu tố nào góp phần cho tính chất mối quan hệ anh chị em ruột? Phần Tác động hiện hành có câu trả lời.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: ANH CHỊ EM RUỘT HÒA THUẬN VỚI NHAU KHI NÀO?



Các tác động sinh học, tâm lý, và văn hóa xã hội giúp xác định anh chị em ruột hòa thuận với nhau tốt đến mức nào. Trong số các tác động sinh học là tính khí và giới tính của đứa trẻ. Quan hệ anh chị em ruột cùng phái có nhiều khả năng tình cảm và hòa hợp hơn anh chị em ruột khác phái (Dunn & Kendrick, 1981). Quan hệ cũng ngọt ngào hơn khi không có anh chị em ruột nào có tính khí xúc cảm (Brody, Stoneman, & Gauger, 1996). Các tác động tâm lý cũng góp phần nhận thức của anh chị em ruột với nhau và cách đối xử của bố mẹ cũng rất quan trọng. Anh chị em ruột hòa thuận nhiều hơn khi nghĩ rằng bố mẹ không có "thiên vị" mà chỉ đối xử với tất cả đều như nhau (McHale và người khác, 1995). Mối quan hệ nói chung được cải thiện khi em nhỏ đến tuổi thanh niên, vì anh chị em ruột nhận thức lẫn nhau như những người ngang hàng (Buhrmester & Furman, 1990). Sau cùng, tác động văn hóa xã hội cũng đóng vai trò. Khi bố mẹ hòa thuận, thì anh chị em ruột cũng hòa thuận, khi bố mẹ cãi vã thì anh chị em ruột cũng cãi vã (Volling & Belsky, 1992).

Một quan điểm Tâm sinh học xã hội về mối quan hệ anh chị em ruột cũng giải thích rõ rằng trong việc theo đuổi sự hòa thuận trong gia đình (còn gọi là sự êm ả, hạnh phúc), bố mẹ có thể ảnh hưởng đến một số yếu tố ảnh hưởng đến mối quan hệ anh chị em ruột nhưng không phải các mối quan hệ khác. Bố mẹ có thể giúp giảm bớt sự bất hòa ở các con bằng cách đối xử tình cảm, quan tâm và chăm sóc tất cả các con đều như nhau và bằng cách chăm sóc lẫn nhau đồng thời, bố mẹ (và bố mẹ tương lai!) phải một số bất đồng là điều thường gặp trong gia đình, nhất là bất đồng ở bé trai và bé gái. Quan tâm khác nhau với trẻ con dẫn đến mâu thuẫn mà chúng không thể giải quyết vì kỹ năng xã hội của trẻ con có hạn.

Tác động của thứ tự sinh

Con đầu lòng thường là "cục cưng" đối với hầu hết bố mẹ, vốn rất nhiệt tình nhưng ít có kinh nghiệm thực tế trong việc nuôi con. Bố mẹ thường kỳ vọng rất cao vào con đầu lòng (Furman, 1995). Bố mẹ thường dành tình cảm nhiều hơn và trừng phạt nhiều hơn đối với con đầu lòng. Khi sinh tiếp các đứa con khác, hầu hết bố mẹ đều thành thạo hơn trong vai trò của mình, hiểu được "vấn đề" từ đứa con đầu tiên. Với các con sinh sau này, bố mẹ có nhiều kỳ vọng thực tế hơn và thả lỏng kỷ luật nhiều hơn (Baskett, 1985).

Các tiếp cận khác nhau mà bố mẹ áp dụng với con đầu lòng và các con sinh sau này cũng giúp giải thích sự khác biệt thường gặp ở những đứa con này. Con đầu lòng thường có điểm số trắc nghiệm trí năng cao hơn và có nhiều khả năng học đại học hơn. Con đầu lòng cũng sẵn sàng vâng lời bố mẹ và yêu cầu của người lớn hơn. Trái lại, có lẽ vì các con sinh sau này ít quan tâm đến việc làm vừa lòng bố mẹ và người lớn nên chúng chơi thân với bạn đồng tuổi và có nhiều sáng kiến hơn (Eaton, Chipperfield, & Singbeil, 1989).

Thế còn con một thì sao? Hiểu theo biết qui ước, bố mẹ như bố mẹ trong ảnh chụp rất chú ý đến "cục cưng", vì thế cục cưng trở nên ích kỷ và tự đề cao mình. Thế trong dân gian có đúng như vậy hay không? Trong một phân tích toàn diện với hơn 100 nghiên cứu, con một không thua kém các con sinh sau này trong một đánh giá bất kỳ. Thực ra, con một thành công trong trường học nhiều hơn và có mức độ thông minh, khả năng lãnh đạo, tính tự quản và chín chắn cao hơn (Falbo & Polit, 1986).

Mẫu chung này không hạn chế ở con một ở Bắc Mỹ. Ở Trung Quốc, con một là phổ biến vì chính phủ cố gắng hạn chế gia tăng dân số. Ở đó, sự so sánh giữa con một và không phải con một thường không có gì khác biệt, nếu có khác biệt thì lợi thế thường nghiêng về con một (Jiao, Ji, & Jing, 1996; Yang và người khác, 1995). Vì thế, trái với suy nghĩ rập khuôn của quần chúng, con một không phải là "con hư thân mất nết" (ở Trung Quốc con một không phải là "ông vua con"mà bố mẹ, bạn đồng tuổi và thầy cô phải phục vụ). Thay vào đó, Nói chung con một giống như đứa con lớn lên cùng anh chị em ruột.



Cho dù trẻ con Mỹ lớn lên cùng anh chị em ruột hoặc là con một đi nữa thì cũng giống như trẻ con ở các nước khác có mối quan hệ gia đình bị phá vỡ do ly hôn. Thế tác động của ly hôn đối với trẻ con và thanh niên ra sao?

LY HÔN VÀ TÁI HÔN

Trong thập niên 1990, gần một nửa trẻ con Bắc Mỹ chứng kiến sự ly hôn của bố mẹ (Goodman, Emery, & Haugaard, 1998). Theo tất cả các thuyết phát triển trẻ con, ly hôn gây đau buồn cho con trẻ vì nó bao gồm mâu thuẫn giữa bố mẹ và thường là sự tách rời sống xa bố hoặc mẹ. (Dĩ nhiên, ly hôn cũng gây đau khổ cho bố mẹ như chúng ta mô tả trong chương 10). Nhưng khía cạnh nào trong sự phát triển của đứa trẻ bị ly hôn tác động nhiều nhất? Những tác động này có kéo dài hoặc ít nhất một số tác động chỉ là nhất thời? Để trả lời những câu hỏi này, chúng ta hãy bắt đầu bằng mô tả sơ lược cuộc sống sau khi ly hôn.

➡ *Cuộc sống gia đình sau khi ly hôn*

Sau khi ly hôn, con thường sống chung với mẹ. Bố xin nuôi con nhiều hơn các thế hệ trước, nhưng điều này vẫn còn khá hiếm. Chỉ có khoảng 15% trẻ con sống với bố sau khi ly hôn (Meyer & Garasky, 1993). Người ta không biết nhiều về cuộc sống gia đình trong các gia đình chỉ có bố, vì thế mô tả trong các trang sau hoàn toàn dựa vào nghiên cứu được tiến hành ở trẻ con sống chung với mẹ.

Mô tả tốt nhất về cuộc sống gia đình sau khi ly hôn trích từ Nghiên cứu ly hôn và tái hôn theo chiều dọc ở Virginia do Mavis Hetherington cùng đồng nghiệp (1988, 1989; Hetherington, Cox & Cox, 1982) thực hiện. Nghiên cứu Virginia quan

sát cuộc sống gia đình trong nhiều năm sau khi ly hôn cùng với một mẫu so sánh các gia đình có bố mẹ không ly hôn. Trong vài tháng đầu sau khi ly hôn, mẹ thường ít có tình cảm đối với con. Họ cũng đồng ý con có hành vi kém chín chắn hơn lúc chưa ly hôn nhưng đồng thời cảm thấy khó kiểm soát con hơn trước kia. Rõ ràng, mẹ và con biểu lộ sự đau khổ do một thay đổi quan trọng trong tình huống cuộc sống: con trở lại hình thức hành vi kém chín chắn hơn và mẹ ít có khả năng làm bố một cách hiệu quả. Bố cũng ít có khả năng kiểm soát được con nhưng điều này có lẽ là vì họ thường nuông chiều con quá mức.

Hai năm sau khi ly hôn, mối quan hệ mẹ – con được cải thiện, nhất là đối với con gái. Mẹ cũng tình cảm nhiều hơn. Mẹ có nhiều khả năng mong đợi hành vi thích hợp với độ tuổi ở con mình và kỷ luật con một cách hiệu quả. Bố cũng đòi hỏi ở con phải có hành vi chín chắn hơn nhưng bố thường tương đối không quan tâm đến con.

Sáu năm sau khi ly hôn, đứa trẻ trong nghiên cứu đã bước sang tuổi thanh niên. Cuộc sống gia đình tiếp tục cải thiện ở các bà mẹ có con gái, nhiều bà mẹ và con gái rất thân thiết với nhau. Trái lại cuộc sống gia đình thường gặp nhiều vấn đề ở các bà mẹ có con trai. Mẹ và con trai thường mâu thuẫn. Không có ai hạnh phúc hoặc vui với tính chất cuộc sống gia đình nói chung. Dĩ nhiên, mâu thuẫn giữa mẹ và con trai tuổi thanh niên thường gặp khi mẹ lấy chồng khác, lúc này căng thẳng hơn với lúc mẹ chưa lấy chồng, có lẽ vì con trai tuổi thanh niên sẵn sàng đối đầu với mẹ vì các tiêu chuẩn hành vi.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Dựa vào mô tả ở đây, bố mẹ thuộc kiểu bố mẹ nào thường có khuynh hướng sử dụng ly hôn tiếp theo sau?

Kết quả như thế này trích từ Nghiên cứu Virginia nhấn mạnh rằng ly hôn làm thay đổi cuộc sống gia đình đối với bố mẹ và con (Parke & Buriel, 1998). Kế đến, chúng ta sẽ khảo sát tác động của những thay đổi này đối với sự phát triển của trẻ con.

Tác động của ly hôn đối với trẻ con

Sự đổ vỡ, mâu thuẫn và căng thẳng đi kèm với ly hôn có ảnh hưởng đến trẻ con hay không? Dĩ nhiên là có. Tuy nhiên, sau khi trả lời câu hỏi rất dễ này vẫn còn nhiều câu hỏi khó khác: tất cả khía cạnh trong cuộc sống của trẻ con có bị ảnh hưởng như nhau từ cuộc ly hôn hay không? Có yếu tố nào làm ly hôn đối với một số đứa trẻ căng thẳng hơn và đối với một số đứa trẻ khác ít căng thẳng hơn hay không? Sau cùng, ly hôn ảnh hưởng đến sự phát triển ra sao? Nhiều học giả cố trả lời những câu này, vào 1990, có gần 100 nghiên cứu về tác động của ly hôn, với hơn 13000 đứa trẻ trước tuổi đến trường cho đến độ tuổi học đại học. Amato và Keith (1991) kết hợp kết quả của những nghiên cứu này, phân tích của họ cho thấy một số lĩnh vực trong đó trẻ con có bố mẹ ly hôn thường có kết quả kém hơn số trẻ con có gia đình nguyên vẹn. Khi bố mẹ ly hôn, con của họ kém thành công trong trường học hơn và có nhiều vấn đề liên quan đến hạnh kiểm và khái niệm cái tôi hơn. Ngoài ra, mối quan hệ bố mẹ – con thường xấu đi.

Amato và Keith (1991) phát hiện ba kết quả quan trọng khác về ly hôn. Trước tiên, tác động chung của ly hôn đối với bé gái và bé trai là như nhau. Thứ hai, ly hôn gây nhiều phương hại cho trẻ độ tuổi đến trường và thanh niên hơn trẻ trước tuổi đến trường hoặc người lớn ở độ tuổi học đại học. Thứ ba, khi ly hôn trở nên thường xuyên hơn (vì thế quen thuộc hơn) trong thập niên 1980, thì hậu quả đi kèm với ly hôn trở nên nhỏ hơn. Thành tựu trong trường học, hạnh kiểm, điều chỉnh thích nghi, v.v... vẫn chịu ảnh hưởng của ly hôn nhưng không nhiều như trước thập niên 1980.

Khi con của bố mẹ đã ly hôn trở thành người lớn, thì ảnh hưởng của ly hôn vẫn còn dai dẳng. Trong tư cách người lớn, con của bố mẹ đã ly hôn có nhiều khả năng có con riêng ở tuổi vị thành niên và chính chúng cũng ly hôn. Họ kể rằng ít hài lòng với cuộc sống và cảm thấy thất vọng nhiều hơn (Furstenberg & Teitler, 1994; Kiernan, 1992). Chẳng hạn, trong một nghiên cứu (Chase-Lansdale, Cherlin, & Kiernan, 1995), 11% số trẻ con của bố mẹ đã ly hôn đều gặp rối loạn cảm xúc nghiêm trọng khi đến tuổi trưởng thành so với 8% số trẻ con trong các gia đình nguyên vẹn. Sự khác nhau giữa trẻ con có bố mẹ đã ly hôn và trẻ con trong gia đình nguyên vẹn không nhiều, hầu hết số trẻ con của bố mẹ đã ly hôn không bị các rối loạn cảm xúc nghiêm trọng như người lớn. Tuy nhiên, ly hôn làm tăng nguy cơ người lớn bị rối loạn cảm xúc.

Ly hôn ảnh hưởng đến sự phát triển ra sao? Một số yếu tố đã được nhận dạng (Amato & Keith, 1991). Thứ nhất, sự vắng mặt của một bố hoặc một mẹ có nghĩa là đứa trẻ mất đi một vai trò mẫu, một nguồn giúp đỡ và hỗ trợ cảm xúc của bố mẹ cũng như người giám sát. Chẳng hạn, trẻ con độ tuổi đến trường khó chịu vì bạn trong lớp chọc ghẹo có thể ở nhà cảm thấy khó chịu trong nhiều giờ, chờ cho đến khi một bố hoặc một mẹ của mình đi làm về.

Thứ hai, các gia đình có một bố hoặc một mẹ thường gặp cảnh túng quẫn kinh tế, tạo ra căng thẳng và thường có nghĩa là cơ hội có thời được cho là đương nhiên thì nay không còn nữa. Khi một bố hoặc một mẹ lo lắng làm sao có đủ tiền thuê nhà, ăn uống thì ít dành thời gian và sức lực để làm bố làm mẹ. Thu nhập giảm có nghĩa là gia đình không còn đủ tiền mua sách, mua nhạc và các hoạt động khác thúc đẩy sự phát triển của con nữa.

Thứ ba, mâu thuẫn giữa bố mẹ khiến con cái vô cùng đau khổ. Thực ra, phần lớn vấn đề gán cho ly hôn thật ra là do mâu thuẫn trong đời sống vợ chồng xảy ra trước khi ly hôn (Cherlin và người khác, 1991; Erel & Burman, 1995). Bố mẹ thường xuyên cãi vã, ẩu đả thì con cái cũng thường biểu hiện phần lớn những tác động tương tự đi kèm với ly hôn (Davies & Cummings, 1998; Harold và người khác, 1997).

Cuộc sống của trẻ con sau khi ly hôn không phải tất cả đều u sầu và ảm đạm. Trẻ con có thể và thực sự điều chỉnh để thích nghi với các tình huống mới trong cuộc sống (ChaseLansdale & Hetherington, 1991). Tuy nhiên, một số yếu tố làm cho sự chuyển tiếp được dễ dàng. Trẻ con thích nghi với ly hôn của bố mẹ dễ hơn khi bố mẹ đã ly hôn hòa hợp, nhất là đối với vấn đề kỷ luật (Hetherington, 1989). *Trong* giám hộ chung, *cả hai bố mẹ vẫn bảo lưu quyền nuôi con hợp pháp.* Trẻ con hưởng lợi từ giám hộ chung nếu bố mẹ hòa hợp (Goodman và người khác, 1998; Maccoby và người khác, 1993).

Dĩ nhiên, nhiều bố mẹ không hòa hợp nhau sau khi ly hôn, điều này loại trừ tùy chọn giám hộ chung. Theo truyền thống, mẹ được quyền nuôi con, cho đến nay vẫn còn các ông bố có nhiều khả năng xin được nuôi con, nhất là con trai. Thông lệ này trùng hợp với chứng cứ cho thấy trẻ con thường điều chỉnh tốt hơn khi sống với bố mẹ cùng phái với mình: con trai sống với bố tốt hơn và con gái sống với mẹ tốt hơn (Camara & Resnick, 1988). Một lý do giải thích tại sao con trai thường sống với bố hợp hơn là con trai ở tuổi thiếu niên có nhiều khả năng mâu thuẫn với mẹ nhiều hơn với bố. Một giải thích khác là cả con trai lẫn con gái đều ấp ủ mối quan hệ cảm xúc với bố mẹ cùng phái mạnh hơn bố mẹ khác phái (Zimiles & Lee, 1991).

Gia đình hỗn hợp

Tiếp theo sau ly hôn, hầu hết trẻ con sống trong gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ trong khoảng 5 năm. Tuy nhiên,

như người lớn trong ảnh chụp bên dưới, có hơn 2/3 nam và nữ đã ly hôn sau cùng lại tái hôn (Glick, 1989; Glick & Lin, 1986). *Kết quả bao gồm một bố đẻ, một bố dượng và con của một hoặc cả hai, được gọi là* gia đình hỗn hợp. Vì mẹ thường được quyền nuôi con nhiều hơn nên hình thức gia đình hỗn hợp phổ biến nhất là một mẹ, con và bố ghẻ. Bé trai trước tuổi thanh niên thường hưởng lợi khi có mặt bố ghẻ, nhất là khi bố ghẻ tình cảm và quan tâm. Trái lại, bé gái trước tuổi thanh niên không thích nghi với việc tái hôn của mẹ, rõ ràng là vì sự tái hôn này phá vỡ mối quan hệ mật thiết mà bé đã hình thành với mẹ. Tuy nhiên, khi bé trai và bé gái bước vào tuổi thanh niên thì cả hai đều hưởng lợi từ sự có mặt của bố ghẻ biết quan tâm (Hetherington, 1993).

Chiến lược tốt nhất đối với bố ghẻ là quan tâm đến con ghẻ của mình nhưng tránh xâm phạm mối quan hệ đã được xác lập. Các bà mẹ vừa tái hôn phải chắc chắn rõ ràng sự nhiệt tình của mình đối với người chồng mới không phải trả giá bằng cách không dành trọn thời gian và tình cảm cho con mình. Cả bố mẹ lẫn con đều cần có những mong đợi thực tế về gia đình hỗn hợp. Họ có thể thành công nhưng đòi hỏi phải cố gắng nhiều vì nhiều mối quan hệ phức tạp, sự thủy chung xung đột và ghen tuông thường tồn tại.



Đôi khi gia đình hỗn hợp bao gồm số con cái từ các cuộc hôn nhân trước của cả hai bố mẹ. Bố mẹ trong những gia đình này cần phải nỗ lực đặc biệt để đối xử với con đẻ và con ghẻ như nhau. Khi không được như thế, mâu thuẫn và hành vi có vấn đề là điều thường gặp (Mekos, Hetherington, & Reiss, 1996).

Người ta vẫn chưa biết nhiều về gia đình hỗn hợp gồm một bố, con riêng của bố và mẹ ghẻ. Một số yếu tố hội tụ khiến cho cuộc tái hôn của bố gây nhiều khó khăn cho con mình (Brand, Clingempeel, & Bowen-Woodward, 1988). Thứ nhất, một lý do các ông bố được quyền nuôi con có thể biện minh, nghĩ rằng con mình ngang bướng và sẽ tốt hơn nếu bố áp dụng "bàn tay sắt". Do đó, nhiều đứa trẻ trong loại gia đình này không thích nghi với nhiều thử thách trong cuộc sống chẳng hạn như việc bố lấy vợ khác. Thứ hai, đôi khi bố được quyền nuôi con vì có mối quan hệ đặc biệt thân thiết với con, nhất là con trai. Đối với việc mẹ lấy chồng khác cũng thế, đôi lúc đứa trẻ sợ rằng việc bố lấy vợ khác sẽ đảo lộn mối quan hệ này. Sau cùng, mẹ không nuôi con có nhiều khả năng hơn bố không nuôi con trong việc duy trì sự liên lạc thân thiết và thường xuyên với con (Maccoby và người khác, 1993). Sự có mặt thường xuyên của người mẹ không nuôi con có thể gây trở ngại cho nỗ lực của mẹ ghẻ trong việc hình thành mối quan hệ thân thiết với con ghẻ, nhất là con gái ghẻ.

Qua thời gian, trẻ con thích nghi với gia đình hỗn hợp. Nếu cuộc hôn nhân hạnh phúc, thì hầu hết trẻ con chắc chắn hưởng lợi từ sự có mặt của hai người lớn quan tâm. Thật không may, những cuộc hôn nhân lần thứ hai có nhiều khả năng kết thúc bằng ly hôn nhiều hơn cuộc hôn nhân lần thứ nhất, vì thế nhiều đứa trẻ phải sống trong bi kịch ly hôn thêm lần nữa. Bạn có thể tưởng tượng, những tình

tiết mâu thuẫn thường xảy ra như thế phá vỡ nghiêm trọng sự phát triển của đứa trẻ, làm nổi bật vấn đề được quan sát thấy ở trẻ con sau cuộc ly hôn ban đầu (Capaldi & Patterson, 1991).

Thật đáng tiếc, ly hôn không phải là cách duy nhất bố mẹ làm xáo trộn sự phát triển của con. Bạn có thể thấy trong các trang tiếp theo, một số bố mẹ ngược đãi con gây phương hại cho con trực tiếp hơn nhiều.

MỐI QUAN HỆ BỐ MẸ – CON CÁI KHÔNG NHƯ MONG ĐỢI: NGƯỢC ĐÃI CON CÁI

Lần đầu tiên bé Max 7 tuổi đến trường với nhiều vết bầm tím trên mặt, bé giải thích với cô giáo rằng bé ngã cầu thang. Khi Max vài tuần sau cũng có nhiều vết bầm tím như thế, thì cô giáo nói với hiệu trưởng, hiệu trưởng tiếp xúc với chính quyền địa phương. Hoá ra mẹ của Max dùng mái chèo đánh con cho dù nó phạm lỗi không đáng kể, đối với những lỗi vi phạm nghiêm trọng, bà đánh Max và bỏ cậu ngủ một mình trong tầng hầm tối đen, không có máy sưởi.

Thật không may, những trường hợp như Max xảy ra khá thường xuyên. Sự ngược đãi diễn ra trong nhiều hình thức (Goodman và người khác, 1998):

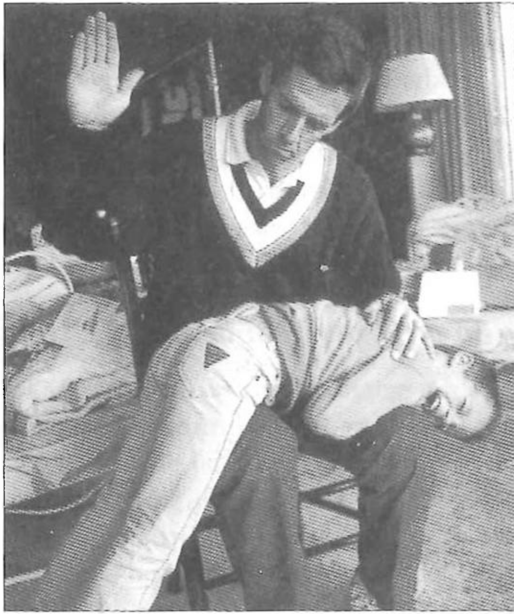
- *Ngược đãi hành hạ,* bao gồm đánh đập dẫn đến chấn thương chẳng hạn như vết bầm tím, chảy máu, sưng và gãy xương
- *Lạm dụng tình dục,* bao gồm vuốt ve, âu yếm, giao hợp hoặc các hành vi tình dục khác
- *Ngược đãi tâm lý,* bao gồm chế giễu, hắt hủi, hoặc làm bẽ mặt
- *Bỏ bê,* trẻ không nhận được đủ thức ăn, quần áo hoặc chăm sóc thuốc men

Tần số ngược đãi trẻ khó dự đoán, vì có nhiều trường hợp không được báo cáo. Theo Trung tâm quốc gia phụ trách vấn đề ngược đãi và bỏ bê trẻ con (1997), mỗi năm có khoảng 1 triệu trẻ con bị ngược đãi hoặc bị bỏ bê. Khoảng 50% trẻ con bị bỏ bê, khoảng 25% trẻ bị ngược đãi hành hạ, và 15% bị lạm dụng tình dục (Trung tâm quốc gia phụ trách vấn đề ngược đãi và bỏ bê trẻ con, 1997).

Bố mẹ ngược đãi là ai?

Bố mẹ ngược đãi con có lúc được cho là bị rối loạn hoặc mất trí nặng. Ngày nay, chúng ta biết rằng đa số bố mẹ ngược đãi con cái không thể phân biệt với bố mẹ khác theo tiêu chuẩn tâm thần (Wolfe, 1985). Thật ra, giải thích ngược đãi trẻ con thời hiện đại không còn xét đến một nguyên nhân duy nhất hoặc thậm chí một số lượng nhỏ nguyên nhân. Thay vào đó, kết hợp nhiều yếu tố đặt một số đứa trẻ có nguy cơ bị ngược đãi và bảo vệ số đứa trẻ khác, số lượng và sự kết hợp các yếu tố xác định liệu đứa trẻ có khả năng là mục tiêu bị ngược đãi hay không? (Rogosch và người khác, 1995). Chúng ta hãy xét 3 yếu tố quan trọng nhất: những yếu tố kết hợp với bối cảnh văn hóa, yếu tố kết hợp với bố mẹ, và yếu tố kết hợp với chính bản thân đứa trẻ.

Nhóm các yếu tố góp phần chung chung nhất là nhóm liên quan giá trị văn hóa và điều kiện xã hội mà bố mẹ nuôi dưỡng con mình. Chẳng hạn, quan điểm hình phạt cơ thể trong một nền văn hóa góp phần vào sự ngược đãi trẻ con. Như trong ảnh (trang 294 bên trên cùng), một ông bố đang đánh đít con, là điều thường gặp ở Mỹ. Trái lại, nhiều nước ở châu Âu và châu Á ngăn cấm hình phạt cơ thể kể cả đánh đít. Hoàn toàn không được có hành động này và nên được xem xét theo cách chúng ta xem xét một bố mẹ Mỹ trừng phạt con bằng cách bỏ đói con trong một vài ngày. Các nước bỏ qua hình phạt cơ thể thường có khuynh hướng có tỷ lệ ngược đãi trẻ thấp hơn nước Mỹ (Zigler & Hall, 1989).



Điều kiện xã hội nào dung dưỡng sự ngược đãi? Nghèo đói là một: ngược đãi là điều thường gặp ở trẻ con sống trong cảnh đói nghèo, một phần vì tiền bạc thiếu thốn khiến cho đời sống hằng ngày rất nhiều căng thẳng (Coulton và người khác, 1995). Khi bố mẹ lo lắng không biết có đủ tiền mua thức ăn hoặc trả tiền thuê nhà hay không, thì bố mẹ có nhiều khả năng đánh đập con cái thay vì cố gắng tranh luận với con nhiều hơn.

Cô lập xã hội là một tác động thứ hai. Ngược đãi có nhiều khả năng xảy ra khi gia đình cô lập không chơi với hàng xóm hoặc cô lập với những người thân khác. Khi một gia đình như gia đình trong ảnh chụp (bên phải) sống trong sự cô lập tương đối thì sẽ tước bỏ sự bảo vệ của người lớn đối với trẻ con và tước đi sự hỗ trợ xã hội của bố mẹ giúp trẻ con giải quyết căng thẳng trong đời sống tốt hơn (Garbarino & Kostelny, 1992).

Các yếu tố văn hóa rõ ràng góp phần vào sự ngược đãi trẻ con nhưng chúng chỉ là một phần trong vấn đề. Mặc dù ngược đãi phổ biến ở các gia đình sống trong cảnh đói nghèo hơn, nhưng thường xảy ra trong các gia đình thuộc giai cấp trung lưu và thượng lưu. Do đó, chúng ta cần khảo sát các yếu tố bổ sung để giải thích tại sao ngược đãi xảy ra trong một số gia đình này nhưng không xảy ra trong các gia đình khác.

Ngày nay, chúng ta hiểu rằng bố mẹ ngược đãi con

- Đôi khi, khi còn nhỏ chính họ cũng bị bố mẹ ngược đãi (Simons và người khác, 1991)
- Có kỳ vọng cao đối với con mình nhưng ít giúp đỡ con đạt được những mục tiêu này (Trickett và người khác, 1991)
- Dựa vào đánh đập để kiểm soát con (Trickett & Kuczynski,1986)

Nói chung, bố mẹ ngược đãi điển hình thường có thời thơ ấu bất hạnh và hiểu biết hạn chế về những kỹ thuật làm bố mẹ hiệu quả.

Để ghép một vài ô cuối cùng vào tranh ghép hình, chúng ta phải khảo sát chính bản thân đứa trẻ bị ngược đãi. Phần thảo luận trang 285 – 287 về ảnh hưởng tương hỗ giữa bố mẹ và con cái nhắc bạn nhớ rằng trẻ con có thể vô tình, qua hành vi của chúng, góp phần khiến cho chúng bị ngược đãi. Thực ra, trẻ con ở tuổi ẵm ngửa và trẻ con trước tuổi đến trường thường bị ngược đãi hơn trẻ lớn, có lẽ vì trẻ nhỏ ít



có khả năng điều chỉnh hành vi có hại, gợi ra ngược đãi (Belsky, 1993). Có lẽ bạn đã nghe câu chuyện kể một bậc bố mẹ nhấc con lên rung mạnh tay cho đến khi con chết vì con không chịu nín khóc. Vì trẻ nhỏ cứ luôn khóc dai quá mức – hành vi sớm muộn gì cũng làm bố mẹ bực mình – có nhiều khả năng trở thành mục tiêu bị ngược đãi hơn.

Cũng cùng lý do như thế trẻ con thường xuyên ốm đau cũng bị ngược đãi thường xuyên hơn. Khi đứa trẻ ốm sẽ khóc dai hơn, làm bố mẹ bực mình hơn. Cũng khi đứa trẻ ốm, trẻ con cần chăm sóc y tế thuốc men (nghĩa là phải tốn tiền), phải nghỉ học ở nhà (nghĩa là bố mẹ phải sắp xếp để chăm sóc). Vì trẻ con ốm làm tăng mức độ căng thẳng trong gia đình, nên vô tình trẻ con trở thành mục tiêu bị ngược đãi. Bằng hành vi non nớt hoặc khi ốm, trẻ con vô tình đặt mình vào nguy cơ bị ngược đãi (Rogosch và người khác, 1995).

Vì thế, các yếu tố văn hóa, bố mẹ và trẻ con đều góp phần vào sự ngược đãi trẻ con. Một yếu tố duy nhất bất kỳ thường không dẫn đến sự ngược đãi. Chẳng hạn, một đứa trẻ ốm cứ khóc hoài sẽ không bị ngược đãi ở các nước không chấp nhận việc đánh đập con. Ngược đãi trở thành một khả năng có thể chỉ khi nào nền văn hóa tha thứ cho hành vi đánh đập, bố mẹ thiếu kỹ năng hiệu quả trong việc đối xử với con cái, và hành vi của trẻ con thường xuyên có hại.

➡ *Ảnh hưởng của sự ngược đãi đối với trẻ con*

Có lẽ bạn sẽ không ngạc nhiên khi biết rằng sự dự đoán đối với trẻ con như Max không phải là dự đoán tốt. Dĩ nhiên, một số bị thương tổn cơ thể vĩnh viễn. Thậm chí khi không có thương tổn cơ thể vĩnh viễn đi nữa thì sự phát triển xã hội và cảm xúc của trẻ con thường bị xáo trộn. Trẻ con thường có mối quan hệ không tốt với bạn đồng tuổi, thường vì đứa trẻ quá gây hấn (Parker & Herrera, 1996). Sự phát triển nhận thức và kết quả học tập cũng bị xáo trộn. Trẻ con bị ngược đãi thường có điểm số thấp hơn trong trường học, có điểm thấp hơn trong các trắc nghiệm tiêu chuẩn hóa, và thường ở lại lớp hơn là lên lớp. Cũng thường thấy các rối loạn hành vi liên quan đến trường học chẳng hạn như đập vỡ đồ vật trong lớp (Trickett & McBrideChang, 1995). Người lớn bị ngược đãi khi còn nhỏ thường có các rối loạn cảm xúc chẳng hạn trầm cảm hoặc lo âu, và thường có ý định nghĩ đến chuyện tự tử hoặc toan tự tử, có nhiều khả năng dùng bạo lực đối với chồng vợ, và con cái hơn (Malinosky-Rummell & Hansen, 1993). Tóm lại, khi trẻ con bị ngược đãi, nhiều khía cạnh phát triển của trẻ con bị ảnh hưởng và những tác động này không biến mất theo thời gian (Goodman và người khác, 1998).

➡ *Loại trừ sự ngược đãi trẻ con*

Thay đổi nhiều tác động văn hóa xã hội góp phần vào sự ngược đãi là một công việc gây nản chí. Tuy nhiên, bằng cách tập trung vào một số yếu tố có thể kiểm soát hơn, có thể giảm bớt nguy cơ bị ngược đãi, nếu không nói là loại trừ hoàn toàn. Chẳng hạn, gia đình được hướng dẫn nhiều phương pháp giải quyết tình huống hiệu quả hơn nếu không sẽ gợi ra sự ngược đãi (Wicks-Nelson & Israel, 1991). Bố mẹ có thể học được lợi ích của việc làm bố mẹ quyền uy và các phương pháp hiệu quả trong sử dụng thông tin phản hồi và làm mẫu để điều tiết hành vi của trẻ con. Trong các buổi họp đóng vai trò trong đó tái hiện các vấn đề trong gia đình, các nhà chuyên môn phát triển trẻ con có thể mô tả nhiều phương pháp giải quyết vấn đề hiệu quả hơn và bố mẹ có thể thực hành.

Sự giúp đỡ của xã hội cũng rất quan trọng. Khi bố mẹ biết rằng mình có thể nhờ người lớn khác cho lời khuyên và giúp mình thêm yên tâm thì bố mẹ dễ kiểm

soát căng thẳng trong việc nuôi dạy con hơn, nếu không căng thẳng sẽ dẫn đến sự ngược đãi. Sau cùng, chúng ta cần nhớ rằng hầu hết bố mẹ ngược đãi con mà lẽ ra con cái được chăm sóc và thương mến, chứ không phải khiển trách. Trong hầu hết gia đình diễn ra sự ngược đãi, bố mẹ và con cái quyến luyến lẫn nhau, sự ngược đãi là hậu quả của sự bỏ bê và gánh nặng, chứ không phải ác ý.

TỰ KIỂM TRA

1. Kiểu bố mẹ ______ kết hợp kiểm soát chặt chẽ với sự quan tâm thấp.
2. Trẻ con có thái độ tự trọng thấp và có tính bốc đồng, gây hấn và ủ rũ thường có bố mẹ chỉ dựa vào kiểu ______.
3. Thông thường, việc bố mẹ sinh thêm em ít đau buồn hơn khi trẻ con lớn tuổi hơn và khi bố mẹ ______.
4. Với các con sinh sau này, bố mẹ thường có những kỳ vọng thực tế hơn và ______.
5. Trong số những ảnh hưởng của ly hôn đối với trẻ con là sự giám sát con không thích hợp, mâu thuẫn giữa bố mẹ và ______.
6. Khi mẹ lấy chồng khác, con gái không thích nghi bằng con trai vì ______.
7. Ngược đãi trẻ con phổ biến hơn ở các nước ______.
8. Trẻ con có nhiều khả năng bị ngược đãi khi nhỏ tuổi hơn và khi ______.
9. Sự ngược đãi trẻ con có thể giải thích theo nghĩa tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội ra sao?

Trả lời: (1) độc đoán, (2) dửng dưng – không quan tâm, (3) vẫn quan tâm nhu cầu của con lớn, (4) thả lỏng kỷ luật hơn, (5) sự túng quẫn kinh tế, (6) tái hôn phá vỡ mối quan hệ mẹ – con gái thân thiết, (7) dung dưỡng hành vi đánh đập, (8) không có lợi

BẠN ĐỒNG TUỔI

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tình bạn có lợi ích gì?**
- **Đặc điểm quan trọng của các nhóm trẻ con và thanh niên là gì? Các nhóm này ảnh hưởng đến cá nhân ra sao?**
- **Tại sao một số trẻ con được ưa thích hơn số trẻ con khác? Nguyên nhân và hậu quả của tình trạng bị hất hủi?**

Bạn đồng tuổi

Tình bạn

Nhóm

Được ưa thích và bị hất hủi

CHỈ 36 tiếng trôi qua từ khi số học sinh đến Trại hè Crab Orchard. Tuy nhiên, các nhóm được hình thành một cách tự phát, dựa trên sự thích thú chính của học sinh dự trại: nghệ thuật và thủ công, đi bộ đường dài, và bơi lội. Trong mỗi nhóm, trưởng nhóm và nhóm viên đều nổi bật. Điều này diễn ra hằng năm nhưng đội ngũ nhân viên luôn ngạc nhiên trước sự xuất hiện nhanh chóng "mạng lưới xã hội" ở trại hè.

Các nhóm hình thành ở trại hè – cũng như trong trường học và trong xóm – tượng trưng cho một trong những hình thức phức tạp hơn trong mối quan hệ bạn đồng tuổi: nhiều đứa trẻ tham gia và có nhiều mối quan hệ. Chúng ta sẽ khảo sát những loại tương tác này ở cuối phần này. Chúng ta hãy bắt đầu bằng cách khảo sát một mối quan hệ xã hội đơn giản hơn, đó là tình bạn.

TÌNH BẠN

Như bạn thấy trong chương 4, tương tác bạn đồng tuổi bắt đầu vào cuối tuổi ẵm ngửa và trở nên thường xuyên hơn và có nhiều ảnh hưởng hơn khi đứa trẻ trưởng thành. Tương tác bạn đồng tuổi dẫn đến tình bạn ra sao? Theo một thuyết đầu tiên có nhiều ảnh hưởng do Harry Stack Sullivan (1953) đưa ra, sự phát triển mối quan hệ giữa cá nhân với nhau tiếp theo sau một chuỗi giống như giai đoạn. Từ 4 – 8 tuổi, trẻ con chọn ra bạn đồng tuổi cụ thể để làm bạn chơi chung. Tuy nhiên, mối quan hệ thường không lâu và tương tác thường chỉ giả tạo. Khoảng 8 hoặc 9 tuổi, theo Sullivan, sự phát triển nhận thức tiến bộ hơn có nghĩa là đứa trẻ bắt đầu có tình bạn thật sự đầu tiên của mình, mang đặc điểm thân mật và có qua có lại. Bạn bè quan tâm lẫn nhau, và mối quan hệ là sự có qua có lại.

Nghiên cứu trong thời gian gần đây ủng hộ một số quan điểm của Sullivan. Khoảng 4 hoặc 5 tuổi, nhiều đứa trẻ khẳng định mình có "bạn thân". Nếu bạn yêu cầu đứa trẻ cho mình biết bản thân là bạn như thế nào thì nhận xét của đứa trẻ có lẽ giống với nhận xét của bé Kara 5 tuổi.

NGƯỜI PHỎNG VẤN: Tại sao Heidi là bạn thân nhất của con?

KARA: Vì bạn ấy chơi với con. Bạn ấy tốt với con.

NGƯỜI PHỎNG VẤN: Còn lý do nào nữa hay không?

KARA: Bạn ấy cho con chơi búp bê của bạn ấy.

Dĩ nhiên, trẻ con lớn và thanh niên cũng có bạn thân, nhưng mô tả khác nhau. Nhận xét của Shauna 12 tuổi như sau:

NGƯỜI PHỎNG VẤN: Tại sao Leah là bạn thân nhất của em?

SHAUNA: Bạn ấy giúp em. Hai đứa em suy nghĩ như nhau. Mẹ em bảo rằng bọn em giống như trẻ sinh đôi!

NGƯỜI PHỎNG VẤN: Còn lý do nào khác nữa không?

SHAUNA: Vì em kể cho bạn ấy nghe mọi chuyện – chuyện đặc biệt, giống như bí mật – và em biết bạn ấy không kể cho bất kỳ bạn nào khác nghe.

NGƯỜI PHỎNG VẤN: Còn gì nữa?

SHAUNA: Nếu bọn em đánh nhau, sau này bọn em nói lời xin lỗi với nhau.

Theo Sullivan, mô tả tình bạn của Kara nhấn mạnh vai trò của Heidi như người bạn chơi chung. Trái lại, giải thích tình bạn của Shauna với Leah nhấn mạnh sự tin cậy và thân mật.

Trẻ con lớn và thanh niên cũng nhấn mạnh sự trung thành trong tình bạn. Họ cho rằng bạn bè phải bênh vực cho nhau và bạn bè không nên lừa dối hoặc bỏ rơi nhau (Newcomb & Bagwell, 1995). Nhấn mạnh sự trung thành trong tình bạn của thanh niên rõ ràng đi cùng với sự chú trọng tính thân mật: nếu một người bạn không trung thành thì thanh niên sợ rằng

mình có thể bị bẽ mặt vì suy nghĩ và cảm xúc thân mật của mình sẽ bị kể cho nhiều người khác nghe (Berndt & Perry, 1990).

Thân mật trong tình bạn thường gặp ở bé gái hơn, vốn có nhiều khả năng có một người "bạn thân" riêng biệt hơn bé trai. Vì thân mật là trọng tâm trong tình bạn của mình nên bé gái cũng quan tâm đến sự thành thật của bạn mình nhiều hơn và sợ bị bạn mình hất hủi nhiều hơn (Buhrmester & Furman, 1987).

Sự xuất hiện tính thân mật trong tình bạn tuổi thanh niên có nghĩa là bạn cũng được xem là nguồn giúp đỡ xã hội và cảm xúc. Levitt cùng đồng nghiệp (1993) hỏi trẻ Mỹ gốc Phi, Mỹ gốc Âu và Mỹ gốc Tây Ban Nha 7, 10 và 14 tuổi, sẽ tìm gặp ai khi cần được giúp đỡ hoặc bị bực mình vì một chuyện gì đó. Đối với tất cả các nhóm dân tộc thiểu số, trẻ con 7 và 10 tuổi dựa vào thành viên thân mật trong gia đình – bố mẹ, anh chị em ruột và ông bà – xem đó là nguồn giúp đỡ chính chứ không phải bạn bè. Tuy nhiên, đứa trẻ 14 tuổi ít dựa vào thành viên thân mật trong gia đình và cho rằng mình sẽ gặp bạn để nhờ giúp đỡ. Vì bạn tuổi thanh niên chia sẻ tâm tư tình cảm nên có thể giúp đỡ trong giai đoạn cảm xúc hoặc căng thẳng (Denton & Zarbatany, 1996).

Bạn bè là ai?

Như đứa trẻ trong ảnh chụp, hầu hết trẻ con đều giống nhau về độ tuổi, giới tính và chủng tộc (Hartup, 1992b). Vì trẻ con được cho là phải đối xử với nhau như những người ngang hàng, tình bạn hiếm khi xảy ra giữa trẻ lớn tuổi hơn, nhiều kinh nghiệm hơn và trẻ nhỏ tuổi hơn, ít kinh nghiệm hơn. Vì trẻ con thường chơi chung với bạn đồng tuổi cùng phái, nên hiếm khi con trai làm bạn với con gái. Thật ra, tỷ lệ phần trăm tương đối nhỏ của trẻ con có bạn bè thân là thành viên thuộc khác phái thường có kỹ năng xã hội kém hơn (Kovacs, Parker, & Hoffman, 1996).

Tình bạn giữa các đứa trẻ trong cùng một nhóm chủng tộc hoặc dân tộc phổ biến hơn giữa các đứa trẻ thuộc các nhóm khác nhau. Điều này phản ánh sự đối xử phân biệt chủng tộc trong xã hội Mỹ. Tình bạn ở trẻ con thuộc các nhóm khác nhau phổ biến hơn trong trường học trong đó lớp học ít trẻ con hơn (Hallinan & Teixeira, 1987). Rõ ràng, khi lớp học nhiều trẻ con hơn thì chúng chọn bạn từ số bạn đồng tuổi cùng phái hiện có trong lớp. Trái lại, bạn đồng tuổi cùng chủng tộc ít hơn ở các lớp học ít học sinh hơn, vì thế trẻ con thường kết bạn với trẻ con thuộc chủng tộc khác. Tình bạn giữa các chủng tộc thường giới hạn trong trường học, trừ phi đứa trẻ xuất thân từ khu xóm kết hợp. Nghĩa là, khi đứa trẻ sống trong các khu xóm khác nhau, phân biệt chủng tộc thì tình bạn của nó không vượt khỏi bối cảnh bên ngoài trường học (DuBois & Hirsch, 1990).

Dĩ nhiên, bạn bè không chỉ giống nhau về độ tuổi, giới tính và chủng tộc. Trẻ con và thanh niên thường kết bạn vì có thái độ tương tự nhau về trường học, tiêu khiển và tương lai (Hartup, 1992b; Tolson & Urberg, 1993). Tom, thích đi học, thích đọc sách và dự định học đại học Harvard, có lẽ không làm bạn với Barry, vì bạn này cho rằng trường học là ngu ngốc, cậu thường nghe đĩa CD, và dự định bỏ học trung học để trở thành một ngôi sao nhạc rock. Khi thời gian trôi qua, bạn bè trở nên giống nhau về thái độ và giá trị nhiều hơn (Kandel, 1978).



Kết quả của tình bạn

Bạn bè rất có lợi cho bạn. Các nhà nghiên cứu luôn nhận thấy trẻ con hưởng lợi khi có bạn (Hartup & Stevens, 1997). Chẳng hạn, trẻ con có bạn thường hành động ủng hộ xã hội nhiều hơn – chia sẻ và cộng tác với người khác (Hartup, 1996). Trẻ con có bạn thường điều chỉnh thích nghi tốt hơn. Chẳng hạn, trẻ con tuổi mẫu giáo có tình bạn tốt sẽ hòa thuận với bạn đồng tuổi tốt hơn và có thái độ tích cực hơn đối với bạn đồng tuổi (Ladd, Kochenderfer, & Coleman, 1997). Tương tự, thanh niên có tình bạn chất lượng cao dễ thích nghi với trường học mới hơn và quan tâm đến trường học nhiều hơn (Berndt & Keefe, 1995). Ngoài ra, tình bạn làm tăng lòng tự trọng ở trẻ con không được giúp đỡ gia đình nhiều (Gauze và người khác, 1996).

Vì thế, bạn bè không phải là những người bạn chơi chung đặc biệt, thay vào đó, bạn bè là tài nguyên quan trọng. Trẻ con học hỏi ở bạn bè và nhờ bạn bè giúp đỡ trong những lúc căng thẳng. Tình bạn quan trọng vì trong đó bạn đồng tuổi ảnh hưởng đến sự phát triển của chúng. Bạn đồng tuổi cũng ảnh hưởng đến sự phát triển thông qua tập thể, nhóm, chủ đề trong phần kế tiếp.

NHÓM

Trong trại hè trong phần minh họa, học sinh dự trại mới luôn lập ra các nhóm theo quan tâm chung. Nhóm nổi bật trong trường học Mỹ. "Jocks," "preps," "burnouts," "druggies," "nerds," và "brains" – bạn có thể nhớ những từ này và những từ tương tự ám chỉ các nhóm trẻ con lớn và thanh niên. Trong cuối thời thơ ấu và đầu tuổi thanh niên, nhóm bạn đồng tuổi trở thành tiêu điểm của mối quan hệ xã hội đối với thanh niên (Rubin, Bukowski, & Parker, 1998). *Xuất phát điểm thường là* bọn – *một nhóm nhỏ trẻ con hoặc thanh niên là bạn bè và thường giống nhau về độ tuổi, giới tính, chủng tộc và thái độ.* Thành viên trong bọn thường chơi chung nhau và thường ăn mặc, cách nói chuyện và hành động giống nhau. *Một số bọn có giá trị và thái độ giống nhau đôi khi trở thành một bộ phận của một nhóm đông hơn gọi là* đám đông *được biết bằng tên gọi như "jocks"* hoặc *"nerds".*

Một số đám đông có thân thế nhiều hơn đám đông khác. Chẳng hạn, học sinh trong nhiều trường trung học cho rằng "jocks" là đám đông uy tín nhất trong khi "burnouts" thuộc số đám đông ít uy tín nhất. Thái độ tự trọng ở trẻ con lớn và thanh niên thường phản ánh thân thế của đám đông. Trong những năm đi học, thanh niên xuất phát từ đám đông thân thế cao thường có thái độ tự trọng nhiều hơn thanh niên xuất phát từ đám đông thân thế thấp (Brown & Lohr, 1987).

TỰ TÌM HIỂU: NHẬN BIẾT ĐÁM ĐÔNG TRONG TRƯỜNG HỌC

Hầu hết học sinh trung học đều nhận biết các đám đông khác nhau trong trường học của mình và thân thế của mỗi đám đông. Số lượng đám đông thay đổi khác nhau cũng như tên gọi nhưng sự tồn tại của đám đông trông có vẻ là vấn đề cơ bản trong đời sống xã hội vào cuối thời thơ ấu và đầu tuổi thanh niên.

Để tìm hiểu nhiều hơn về đám đông, hãy cố trò chuyện với 4 hoặc 5 học sinh trong cùng trường trung học. Bạn có thể bắt đầu bằng cách mô tả một trong những đám đông từ chính trường trung học của mình. Sau đó yêu cầu từng học sinh gọi tên các đám đông khác nhau trong trường học của anh ta. Yêu cầu từng học sinh mô tả đặc điểm của những người trong từng đám đông. Sau cùng, hỏi từng học sinh đám đông có thân thế cao nhất trong trường học và đám đông nào có thân thế thấp nhất.

Khi bạn phỏng vấn tất cả học sinh, hãy so sánh câu trả lời của họ. Học sinh có đồng ý về số lượng và loại đám đông trong trường học của mình hay không?

Họ có đồng ý về thân thế của từng đám đông hay không? Kế đến, so sánh kết quả của bạn với kết quả của các học sinh khác trong lớp. Kết quả có giống nhau ở các trường học khác nhau hay không? Bạn có tìm thấy quan hệ nào giữa các loại đám đông và đặc điểm của trường học (chẳng hạn nông thôn so với thành thị) hay không? Hãy tự tìm hiểu!

Tại sao một số học sinh trở thành nerds nhưng số khác lại tham gia vào burnouts? Kiểu làm bố mẹ là một phần của câu trả lời. Một nghiên cứu của Brown cùng đồng nghiệp (1993) khảo sát tác động của ba thông lệ làm bố mẹ đối với tư cách thành viên của học sinh trong đám đông cụ thể. Các nhà điều tra đánh giá mức độ chú trọng kết quả học tập, giám sát hoạt động ngoài trường học của trẻ con và quan tâm đến trẻ con trong việc ra quyết định chung của bố mẹ. Khi bố mẹ chú trọng kết quả học tập thì trẻ con có nhiều khả năng tham gia đám đông được ưa thích, bình thường, ít có khả năng tham gia đám đông nghiện ngập. Khi bố mẹ giám sát hành vi ngoài trường học của con mình thì trẻ con có nhiều khả năng tham gia đám đông động não hơn là đám đông nghiện ngập. Sau cùng, khi bố mẹ tạo điều kiện cho con trẻ cùng ra quyết định thì chúng có nhiều khả năng tham gia đám đông động não và thông thường hơn, ít có khả năng tham gia đám đông nghiện ngập. Những quan hệ này xảy ra đối với trẻ con và bố mẹ người Mỹ gốc Phi, Mỹ gốc Á, Mỹ gốc Âu và Mỹ gốc Tây Ban Nha.

Điều gì trông có vẻ xảy ra khi bố mẹ áp dụng các thông lệ đi kèm với kiểu bố mẹ quyền uy – kiểm soát kết hợp với đối xử tình cảm – trẻ sẽ tham gia đám đông tán thành tiêu chuẩn hành vi của người lớn (như thông thường, cưỡi ngựa, động não). Tuy nhiên, khi kiểu của bố mẹ không quan tâm hoặc dửng dưng thì trẻ ít có khả năng đồng nhất với tiêu chuẩn hành vi của người lớn. Thật ra, trẻ sẽ tham gia đám đông như nghiện ngập, vốn từ chối những tiêu chuẩn này.

Cấu trúc nhóm

Nhóm – có thể là trong trường học, trong trại hè như trong phần minh họa hoặc nơi khác – thường có một cấu trúc xác định rõ. *Nhóm thường có* hệ thống thứ bậc vượt trội, *do trưởng nhóm đứng đầu mà các thành viên khác trong nhóm phải nghe theo*. Các thành viên khác biết vị trí của mình trong hệ thống thứ bậc. Họ phải nhường thành viên cao hơn mình trong hệ thống thứ bậc và tự khẳng định mình cao hơn thành viên thấp hơn trong hệ thống. Hệ thống thứ bậc vượt trội rất có ích trong việc giảm bớt mâu thuẫn giữa các nhóm vì mỗi thành viên đều biết rõ vị trí của mình.

Điều gì xác định thành viên có vị trí nào trong hệ thống thứ bậc? Ở trẻ con, nhất là con trai, sức mạnh cơ thể thường là cơ sở xác định hệ thống thứ bậc vượt trội. Trưởng nhóm thường là thành viên có sức khỏe đáng gờm nhất (Pettit và người khác, 1990). Ở con gái và con trai lớn tuổi hơn, hệ thống thứ bậc vượt trội thường dựa trên nét cá nhân liên quan với chức năng chính của nhóm. Chẳng hạn ở Trại hè Crab Orchard, trưởng nhóm thường là đứa trẻ có nhiều kinh nghiệm dự trại nhất. Trong số nữ hướng đạo sinh như trong ảnh chụp (trang 301 bên trên), con gái được chọn làm trưởng nhóm tuần tra thường thông minh, định hướng mục tiêu và có ý kiến mới (Edwards, 1994). Những đặc điểm này đều thích hợp, vì chức năng chính của tuần tra

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Chương 5 mô tả những khác nhau quan trọng trong sự tương tác với bạn đồng tuổi cùng phái của bé trái và bé gái. Những khác biệt này giúp giải thích tại sao hệ thống thứ bậc vượt trội của bé trai và bé gái thường khác nhau như thế nào?



là phải giúp lên kế hoạch hoạt động cho cả đoàn quân nữ hướng đạo sinh. Vì thế, loại cấu trúc nhóm này rất hiệu quả, người nào có kỹ năng hữu dụng nhất sẽ có ảnh hưởng nhiều nhất (Rubin và người khác, 1998).

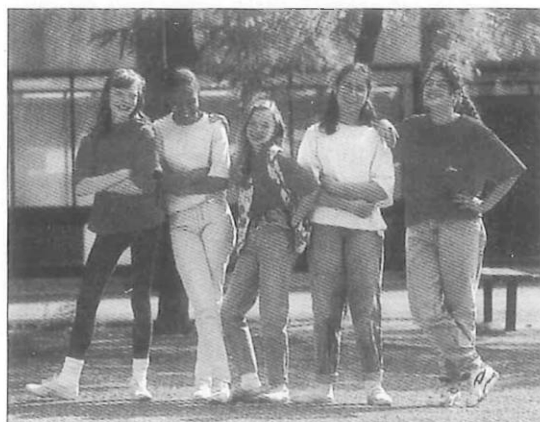
Áp lực của bạn đồng tuổi

Nhóm xác lập chuẩn mực – tiêu chuẩn hành vi áp dụng cho mọi thành viên trong nhóm. Nhóm có thể gây áp lực cho thành viên buộc phải tuân thủ những chuẩn mực này. "Áp lực của bạn đồng tuổi" như thế thường mang đặc điểm tác động có hại, không thể cưỡng lại. Suy nghĩ rập khuôn cho rằng trẻ vị thành niên sử dụng áp lực quá mức đối với nhau dẫn đến hành vi phản xã hội. Thực ra, áp lực của bạn đồng tuổi buộc không quá mạnh cũng như có hại. Chẳng hạn, hầu hết học sinh trung học *phản đối* áp lực của bạn đồng tuổi phải hành xử theo cách chắc chắn phản xã hội, chẳng hạn như trộm cắp (Brown, Lohr, & McClenahan, 1986). Áp lực của bạn đồng tuổi cũng mang tính tích cực như thúc dục bạn đồng tuổi tham gia các hoạt động trong trường học như thực hiện niên giám hoặc tham gia trò chơi, hoặc quan tâm đến dự án hành động cho cộng đồng như Habitat for Humanity.

Áp lực của bạn đồng tuổi mạnh nhất khi tiêu chuẩn hành vi thích hợp không được rõ ràng. Chẳng hạn, sở thích âm nhạc và trang phục hoàn toàn mang tính chủ quan, do đó, thanh niên phải tuân thủ hướng dẫn của nhóm bạn đồng tuổi, như bạn thấy cảnh tượng quá quen thuộc của trẻ ăn mặc giống nhau như trong ảnh chụp bên dưới cùng.

Tương tự, tiêu chuẩn về hút thuốc, uống rượu và sử dụng chất gây nghiện thường không rõ ràng. Uống rượu là một minh họa điển hình. Bố mẹ và các nhóm như SADD (học sinh phản đối lái xe sau khi uống rượu) có thể làm cho trẻ vị thành niên uống rượu sẽ bỏ rượu, nhưng văn hóa Mỹ đầy ắp các người mẫu thanh niên uống rượu, trông có vẻ rất thích thú với rượu và không bị bệnh hoạn gì trước mắt. Trái lại, trông có vẻ họ yêu đời nhiều hơn nữa. Với những thông tin mâu thuẫn như thế, không có gì phải ngạc nhiên khi thanh niên tìm lời đáp ở bạn đồng tuổi (Urberg, Degirmencioglu, & Pilgrim, 1997). Do đó, một số thanh niên *sẽ* uống rượu (hoặc uống thuốc, dùng chất gây nghiện, quan hệ tình dục) để phù hợp với chuẩn mực trong nhóm *của mình*, số khác sẽ cai rượu, phản ánh thêm chuẩn mực trong nhóm của mình.

Thậm chí khi tiêu chuẩn chưa rõ ràng thì không phải trẻ vị thành niên nào cũng bị ảnh hưởng của bạn đồng tuổi tác động như nhau (Vitaro và người khác, 1997). Thanh niên ít có khả năng bị ảnh hưởng của áp lực bạn đồng tuổi khi bố mẹ sử dụng kiểu bố mẹ quyền uy và nhiều khả năng bị ảnh hưởng hơn khi bố mẹ không phải kiểu bố mẹ quyền uy (Mounts & Steinberg, 1995).



ĐƯỢC ƯA THÍCH VÀ BỊ HẤT HỦI

Eileen chắc chắn là đứa trẻ được ưa thích nhất trong lớp 4 của mình. Hầu hết các đứa trẻ khác thích chơi chung với cô bé, muốn ngồi gần cô trong giờ ăn trưa hoặc trên xe buýt trường học. Bất kỳ khi nào lớp bầu một đứa trẻ để làm công việc gì đó đặc biệt – đại diện cho lớp cho đến hội học sinh, ngâm thơ trước lớp vào ngày kỷ niệm Martin Luther King, hoặc dẫn lớp sang phòng ăn – thì lần nào Eileen cũng được bầu.

Jay không may mắn như Eileen. Thật ra, cậu là đứa trẻ không ai thích trong lớp. Trong mọi tình huống, sự có mặt của cậu là điều không ai muốn. Khi ngồi xuống bàn ăn, bọn trẻ con khác bỏ đi. Khi cậu muốn tham gia trò chơi bốn ô vuông, bọn trẻ con khác bỏ đi. Học sinh trong lớp ghét Jay cũng nhiều như thích Eileen.

Trẻ con được ưa thích như Eileen và bị hất hủi như Jay là điều thường gặp. Thật ra, nghiên cứu sự được ưa thích (Rubin và người khác, 1998) cho thấy hầu hết trẻ con trong các lớp tiểu học có thể xếp vào một trong 5 nhóm sau, khá nhất quán:

- Trẻ con được ưa thích *được nhiều bạn trong lớp ưa thích.*
- Trẻ con bị hất hủi *bị nhiều bạn trong lớp ghét..*
- Trẻ con bàn cãi *được bạn trong lớp thích và ghét.*
- Trẻ con trung bình *được một số bạn trong lớp thích và ghét nhưng không có mức độ như ở trẻ con được ưa thích, bị hất hủi hoặc bàn cãi.*
- Trẻ con bị bỏ mặc *bị bạn trong lớp xem thường, bỏ mặc.*

Điều gì xác định đứa trẻ nào được ưa thích và đứa trẻ nào bị ghét bỏ? Tại sao một đứa trẻ được ưa thích, bị hất hủi, bàn cãi hoặc bị bỏ mặc? Trẻ con thông minh hơn, có ngoại hình đẹp hơn thường được ưa thích nhiều hơn (Johnstone, Frame, & Bouman, 1992). Tuy nhiên, thành phần quan trọng nhất trong được ưa thích là kỹ năng xã hội. Trẻ con được ưa thích khéo hơn trong việc khởi đầu tương tác xã hội với các đứa trẻ khác (Rubin và người khác, 1998). Trẻ con khéo léo hơn trong giao tiếp và kết hợp bản thân với câu chuyện đang diễn ra hoặc một trò chơi giỏi hơn. Trẻ con được ưa thích trông có vẻ khá có năng khiếu trong việc đánh giá và giám sát tác động xã hội của chính mình trong nhiều tình huống khác nhau và điều chỉnh phản ứng của mình cho phù hợp với yêu cầu của từng tình huống xã hội mới (Crick & Dodge, 1994; Wentzel & Asher, 1995). Chẳng hạn, Wentzel và Erdley (1993) yêu cầu trẻ con lớp 6 và 7 đánh giá hành vi ủng hộ xã hội, hành vi phản xã hội và sự được ưa thích của bạn đồng tuổi. Trẻ con được ưa thích có nhiều khả năng hơn trẻ con không được ưa thích trong việc chia sẻ, cộng tác và giúp đỡ, trẻ con được ưa thích ít có khả năng kiếm chuyện ẩu đả và vi phạm quy định.

Tại sao một số trẻ thất bại trong cố gắng để được ưa thích và kết thúc bằng một trong những nhóm khác – bị hất hủi, bàn cãi, trung bình hoặc bị bỏ mặc? Chúng ta biết hầu hết về trẻ con bị bỏ mặc, số trẻ con này thường không có kỹ năng xã hội (Harrist và người khác, 1997). Nhiều đứa trẻ bị hất hủi có tính hay gây hấn. Khi đứa trẻ quá hống hách hoặc chọc ghẹo các đứa trẻ khác quá mức thì bạn đồng tuổi của nó nhanh chóng tránh xa (Rubin, Chen, & Hymel, 1993). Trẻ con bị hất hủi khác lãnh đạm, không hòa đồng (Volling và người khác, 1993). Khi trẻ con hành động như "em bé" thì bạn đồng tuổi bắt đầu tránh xa.

Được ưa thích trông có vẻ dễ hiểu: Hãy vui vẻ và thân thiện chứ không phải khó chịu. Chia sẻ, cộng tác và giúp đỡ thay vì phá vỡ. Những kết quả này không chỉ áp dụng cho trẻ con Mỹ, mà còn áp dụng được

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Bố mẹ hiệu quả và con trẻ được ưa thích có chung nhiều đặc điểm, những đặc điểm này là gì?

cho trẻ con ở nhiều vùng trên thế giới, như Canada, châu Âu, Israel, và Trung Quốc. Tuy nhiên, đôi khi đứa trẻ được ưa thích có đặc điểm khác mang tính độc đáo đối với bối cảnh văn hóa của mình. Chẳng hạn ở Israel, trẻ con được ưa thích có nhiều khả năng quyết đoán và ra lệnh hơn các nước khác (Krispin, Sternberg, & Lamb, 1992). Ở Trung Quốc, trẻ con được ưa thích có nhiều khả năng e thẹn nhiều hơn các nước khác (Chen, Rubin, & Li, 1995). Rõ ràng, kỹ năng xã hội tốt là tâm điểm của sự được ưa thích ở hầu hết các nước nhưng các đặc điểm khác cũng quan trọng phản ánh giá trị văn hóa đặc trưng.

Hậu quả của việc bị hất hủi

Không ai thích mình bị hất hủi. Đối với trẻ con, sự hất hủi của bạn đồng tuổi lặp đi lặp lại ở thời thơ ấu gây ra hậu quả nghiêm trọng kéo dài như bỏ học, phạm pháp, và bị bệnh tâm thần (Bagwell, Newcomb, & Bukowski, 1998; Rubin và người khác, 1998).

Phần Nghiên cứu nổi bật mô tả một nghiên cứu cho thấy một số ảnh hưởng dài hạn đối với tình trạng được ưa thích và bị hất hủi.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: HẬU QUẢ LÂU DÀI CỦA SỰ ĐƯỢC ƯA THÍCH VÀ BỊ HẤT HỦI



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Kết quả phát triển có như nhau đối với trẻ con được ưa thích và không được ưa thích hay không? Sự được ưa thích và bị hất hủi có hướng đứa trẻ đi theo những con đường phát triển khác nhau hay không? Patricia Morison và Ann Masten (1991) muốn trả lời những câu hỏi này.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Morison và Masten nhận dạng đứa trẻ được ưa thích và bị hất hủi bằng cách yêu cầu học sinh lớp 3 – 6 ấn định vai trò cho bạn học cùng lớp trong một trò chơi lớp học tưởng tượng. Đứa trẻ được ưa thích được nhận dạng như số trẻ con thường được ấn định các vai trò chẳng hạn như "lãnh đạo tốt", "mọi người thích làm việc chung" và "có nhiều bạn". Đứa trẻ bị hất hủi là những đứa trẻ thường xuyên bị ấn định các vai trò như "kiếm chuyện với bạn khác", "quá hách dịch" và "chọc ghẹo bạn khác quá mức". Bảy năm sau, đứa trẻ và bố mẹ điền xong bảng câu hỏi đánh giá kết quả học tập, kỹ năng xã hội và tự đánh giá.

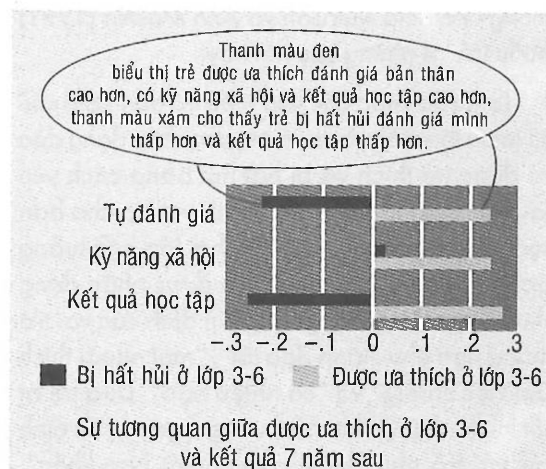
Trẻ con trong nghiên cứu là ai? Ban đầu, 207 đứa trẻ ở các lớp 3 – 6 được kiểm tra, 183 trong số này điền xong bảng câu hỏi vào 7 năm sau.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu này là nghiên cứu tương quan vì Morison và Masten quan tâm đến quan hệ đang tồn tại tự nhiên giữa hai tập hợp biến số: được ưa thích và bị hất hủi trong lần kiểm tra đầu tiên và kết quả học tập, kỹ năng xã hội và tự đánh giá trong lần kiểm tra thứ hai. Nghiên cứu là nghiên cứu theo chiều dọc vì đứa trẻ được quan tâm hai lần, một lần vào lớp 3 – 6 và lần thứ hai vào 7 năm sau.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Mục đích chung của nghiên cứu được giải thích rồi sau đó bố mẹ và con cái đồng ý tham gia.

Kết quả ra sao? Biểu đồ (trang 304) cho thấy sự tương quan giữa sự được nổi tiếng và bị hất hủi ở lớp 3 – 6 và kết quả học tập, kỹ năng xã hội và tự đánh giá mình vào 7 năm sau. Trẻ con được ưa thích ở lớp 3 – 6 học tốt trong trường học, có kỹ năng xã hội và thái độ tự trọng cao. Trái lại, đứa trẻ bị hất hủi nhiều nhất ở lớp 3 – 6 không học tốt trong trường học và có thái độ tự trọng thấp.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Đứa trẻ được ưa thích phù hợp với các nhóm thay vì làm cho nhóm điều chỉnh để phù hợp với mình. Khi mâu thuẫn phát sinh, đứa trẻ được ưa thích cố tìm hiểu



Dựa vào số liệu của Morison và Masten, 1991.

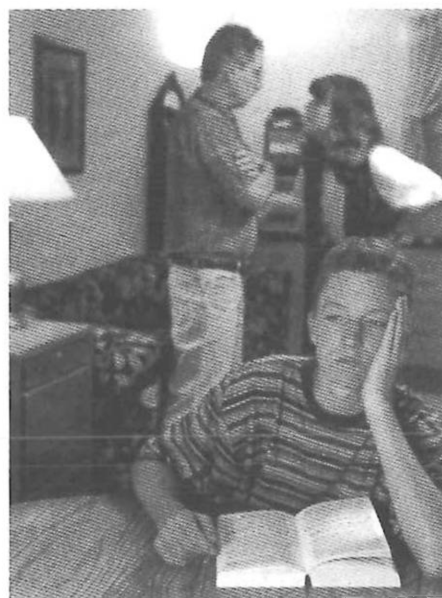
vấn đề và đưa ra giải pháp. Qua thời gian, kỹ năng ủng hộ xã hội của trẻ con được ưa thích sinh lời nhưng may thay sự thiếu kỹ năng của đứa trẻ bị hất hủi cũng có giá trị.

Nguyên nhân bị hất hủi

Sự hất hủi của bạn đồng tuổi có thể ít nhất một phần là do ảnh hưởng của bố mẹ (Ladd & LeSieur, 1995; Pettit & Mize, 1993). Như được mong đợi từ thuyết Nhận thức xã hội của Bandura, đứa trẻ quan sát cách bố mẹ của mình phản ứng với các tình huống xã hội khác nhau rồi sau này sẽ bắt chước những phản ứng ấy. Bố mẹ thân thiện và cộng tác với người khác thì con mình sẽ thể hiện kỹ năng xã hội hiệu quả. Bố mẹ thích gây gổ và hiếu chiến thì kỹ năng xã hội của con cái kém hiệu quả hơn. Nhất là khi bố mẹ thường phản ứng với mâu thuẫn giữa cá nhân với nhau như ông bố trong ảnh chụp – với lời hăm dọa hoặc gây hấn – thì đứa trẻ sẽ bắt chước theo, cản trở sự hiệu quả kỹ năng xã hội và về lâu dài làm cho đứa trẻ ít được ưa thích hơn (Keane, Brown, & Crenshaw, 1990).

Bố mẹ cũng góp phần vào kỹ năng xã hội của trẻ con và sự được ưa thích thông qua kỷ luật. Kỷ luật không nhất quán – hôm nay trừng phạt đứa trẻ vì hạnh kiểm xấu nhưng hôm sau lại bỏ qua cũng hành vi ấy – kết hợp với hành vi phản xã hội, gây hấn, mở đường cho sự bị hất hủi. Hình phạt nhất quán không dựa trên sự khẳng định uy quyền mà chỉ kết hợp với tình yêu thương của bố mẹ có nhiều khả năng thúc đẩy kỹ năng xã hội hơn và về lâu dài giúp đứa trẻ được ưa thích nhiều hơn (Dekovic & Janssens, 1992; Rubin, Stewart, & Chen, 1995).

Vì thế, nguồn gốc bị hất hủi đã rõ: đứa trẻ ngượng nghịu trong xã hội, gây hấn thường bị hất hủi vì đứa trẻ dựa vào kiểu gây hấn giữa cá nhân với nhau, có nguồn gốc từ kiểu làm bố mẹ. Ngụ ý là bằng cách dạy con (lẫn bố mẹ) nhiều phương pháp tương tác với người khác hiệu quả hơn, chúng ta có thể làm cho sự bị hất hủi giảm bớt đi. Kỹ năng xã hội được cải thiện, đứa trẻ bị hất hủi không cần nhờ đến hành vi phản xã hội mà bạn đồng tuổi phàn nàn. Hướng dẫn theo loại này rất có tác dụng. Đứa trẻ bị hất hủi có thể học được kỹ năng dẫn đến sự chấp nhận của bạn đồng tuổi, nhờ đó tránh được phương hại lâu dài khi bị hất hủi (LaGreca, 1993; Mize & Ladd, 1990).



TỰ KIỂM TRA

1. Bạn bè thường giống nhau về độ tuổi, giới tính và ______.
2. Đứa trẻ có bạn hành động ủng hộ xã hội thường xuyên hơn và ______ đứa trẻ không có bạn.
3. Khi một nhóm hình thành, một ______ điển hình xuất hiện, với trưởng nhóm ở hàng đầu.
4. Áp lực của bạn đồng tuổi mạnh nhất khi ______.
5. Trẻ con được ưa thích thường chia sẻ, cộng tác và ______.
6. Trẻ con bị hất hủi có nhiều khả năng bỏ học, phạm pháp và ______.
7. Sự thay đổi phát triển trong tính chất tình bạn có thể được giải thích theo nghĩa các giai đoạn phát triển trí năng của Piaget, được đề cập trong chương 4 và 6, như thế nào?

Trả lời: (1) thái độ, (2) điều chỉnh tốt hơn, (3) hệ thống thứ bậc vượt trội, (4) tiêu chuẩn hành vi thích hợp mơ hồ, (5) giúp đỡ người khác, (6) bị bệnh tâm thần.

TRUYỀN HÌNH: ỐNG BOOB HAY CỬA SỔ NHÌN RA THẾ GIỚI

Mục tiêu nghiên cứu

- **Xem truyền hình có ảnh hưởng gì đến thái độ và hành vi của trẻ con?**
- **Xem TV ảnh hưởng đến sự phát triển nhận thức của trẻ con ra sao?**

Truyền hình: ống Boob hay cửa sổ nhìn ra thế giới?

Ảnh hưởng đến thái độ và hành vi xã hội

Ảnh hưởng đến nhận thức

MỖI NGÀY, *bé Roberto 7 tuổi có cùng một thói quen mỗi khi đi học về: xem phim hoạt hình phiêu lưu – hành động cho đến giờ cơm chiều. Mẹ của Roberto khó chịu khi thấy con cứ xem miết nhất là vì lượng bạo lực trong phim con đang xem. Chồng khuyên bà đừng lo: "cứ để con xem phim nó muốn. Điều này không hại gì".*

Phim hoạt hình phóng đại của TV ảnh hưởng đối với trẻ em Bắc Mỹ nhưng chỉ một phần nào đó. Nói cho cùng, hãy nghĩ bạn đã dành bao nhiêu thời gian ngồi xem TV khi đang trưởng thành. Nếu bạn là trẻ con và thanh niên Mỹ thì bạn phải xem TV nhiều hơn là bạn tương tác với bố mẹ hoặc thời gian trong trường học. Con số cho thấy câu chuyện không thể tin được. Trẻ con độ tuổi đến trường mỗi tuần xem TV khoảng 25 tiếng (Nielson, 1990). Được ngoại suy ở thanh niên, học sinh Mỹ tốt nghiệp trung học xem TV 20.000 tiếng – tương đương với 2 năm xem TV mỗi ngày 24 tiếng! Không có gì ngạc nhiên khi các nhà khoa học xã hội và thường dân đều xem TV như một tác nhân góp phần xã hội hóa trẻ con Bắc Mỹ.

Dĩ nhiên, không phải trẻ con nào cũng xem TV với thời lượng như nhau. Tuy nhiên, đối với hầu hết trẻ con, thời gian



"BÀ HORTON, HÔM NAY BÀ NGHỈ DẠY ĐƯỢC KHÔNG?"

©1995 Martha F. Campbell. In lại với sự cho phép.

xem tăng dần trong những năm trước tuổi đến trường và những năm học tiểu học, đạt đến điểm ở độ tuổi 11 hoặc 12. Con trai xem TV nhiều hơn con gái. Đứa trẻ có điểm số IQ thấp xem nhiều hơn trẻ có điểm số IQ cao, đứa trẻ xuất thân từ các gia đình thu nhập thấp xem TV nhiều hơn đứa trẻ xuất thân từ các gia đình thu nhập cao (Huston & Wright, 1998).

Thật khó tưởng tượng rằng việc xem TV nhiều như thế mà không ảnh hưởng đến hành vi của đứa trẻ. Nói chung, các mục quảng cáo 30 giây trên TV nhằm mục đích tác động đến sở thích đồ chơi, bánh hamburger và bột ngũ cốc của trẻ con, vì thế bản thân các chương trình thậm chí có nhiều ảnh hưởng hơn nữa.

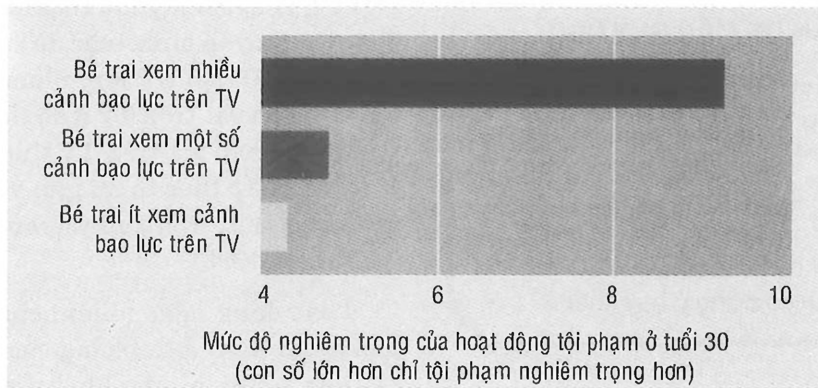
ẢNH HƯỞNG ĐẾN THÁI ĐỘ VÀ HÀNH VI XÃ HỘI

Trở lại năm 1954, Estes Kefauver, chủ tịch Phân ban thượng viện phụ trách vấn đề phạm pháp ở trẻ vị thành niên, quan tâm về số lượng cảnh bạo lực trình chiếu trong chương trình truyền hình. Vào thời gian ấy, chỉ có một nửa số gia đình ở Mỹ là có truyền hình, nhưng công chúng nhận thấy chương trình TV thường chiếu nhiều cảnh bạo lực và lo ngại về ảnh hưởng của những cảnh này đối với người xem nhất là trẻ con. Giai thoại cho rằng sự liên kết là điều thường gặp: một đứa trẻ 6 tuổi rất hâm mộ Hopalong Cassidy (một cao bồi TV trong thập niên 1950) xin bố mua đạn thật cho cây súng đồ chơi của cậu, vì đạn giả không bắn chết người như đạn của Hopalong (Schramm, Lyle, & Parker, 1961).

Hơn 45 năm sau, công dân vẫn còn quan tâm đến cảnh bạo lực trên TV với lý do hợp lý. Phim hoạt hình của trẻ con, như phim trong ảnh chụp cứ mỗi ba phút là có một hành động bạo lực. (Từ *bạo lực* ở đây ám chỉ việc sử dụng tác động đến cơ thể nhắm vào người khác). Trẻ con Bắc Mỹ trung bình nhìn thấy vài ngàn cảnh giết người trên TV trước khi đến tuổi thanh niên (Waters, 1993).

Tình trạng gây tàn phế và bạo lực được trình chiếu thường xuyên trên TV có ảnh hưởng gì? Theo thuyết Nhận thức – xã hội của Bandura (1986), chúng tôi đã mô tả trong chương 1, trẻ con tập quen bằng cách quan sát người khác, trẻ con quan sát





Theo số liệu của Huesmann và Miller, 1994.

người khác và thường bắt chước những gì mình vừa thấy. Cũng áp dụng cho TV, thuyết này dự đoán hành vi gây hấn hơn ở trẻ con xem TV bạo lực. Dự đoán này được các nghiên cứu phòng thí nghiệm ủng hộ, nghiên cứu được tiến hành trong thập niên 1960 (Bandura, Ross, & Ross, 1963). Trẻ con xem các chương trình TV được sản xuất đặc biệt trong đó người lớn hành xử bạo lực đối với một búp bê "Bobo" bằng nhựa, người lớn đá, và dùng búa nhựa đánh vào búp bê. Khi trẻ con được tạo cơ hội chơi cùng búp bê thì trẻ nào đã xem chương trình TV đều có nhiều khả năng hành xử gây hấn đối với búp bê hơn số trẻ không xem chương trình.

Các nhà phê bình lưu ý nhiều hạn chế trong nghiên cứu này và các nghiên cứu ban đầu khác, hoài nghi rằng việc xem cảnh bạo lực trên TV trong bối cảnh thực tế hơn sẽ có ảnh hưởng nổi bật đối với trẻ con (Klapper, 1968). Do đó, các nhà khoa học bắt đầu nghiên cứu ảnh hưởng của việc xem cảnh bạo lực trên TV đối với hành vi của trẻ con. Kết quả của nghiên cứu này cho thấy một kết quả nhất quán: thường xuyên xem cảnh bạo lực trên TV làm cho trẻ con gây hấn nhiều hơn (Huston & Wright, 1998).

Một trong những nghiên cứu thuyết phục nhất khảo sát ảnh hưởng của việc xem TV ở trẻ con 8 tuổi liên quan đến hoạt động tội phạm ở tuổi 30 (Huesmann & Miller, 1994). Biểu đồ cho thấy rất rõ rằng trẻ con 8 tuổi xem nhiều cảnh bạo lực trên TV thường có hồ sơ tội phạm nhiều nhất khi 30 tuổi. Sự liên kết được tìm thấy ở cả nam lẫn nữ, mặc dù mức độ hoạt động tội phạm của nữ nói chung thấp hơn nhiều.

Vì thế, đứa trẻ như Roberto thường xuyên xem cảnh bạo lực trên TV sẽ học cách gây hấn khi tương tác với người khác. Đối với nhiều đứa trẻ, sự gây hấn cuối cùng đưa đứa trẻ ra vành móng ngựa. Dĩ nhiên, bạo lực chỉ là một phần trong những gì đứa trẻ nhìn thấy trên TV. Chúng ta hãy nghiên cứu nhiều cách khác trong đó TV có một ảnh hưởng quan trọng đối với trẻ con khi chúng phát triển.

Suy nghĩ rập khuôn

TV được cho là cung cấp một "cửa sổ nhìn ra thế giới". Thật không may, quan điểm xem TV trong giờ cao điểm đã bị bóp méo nhất là khi TV đến với các nhóm dân tộc thiểu số, phụ nữ và người già. Khi mới có TV, người Mỹ gốc Phi hầu như không bao giờ xuất hiện trong chương trình. Khi họ xuất hiện, họ bị giới hạn trong các vai phụ như anh hề duyên dáng. Ngày nay, diễn viên người Mỹ gốc Phi chiếm 10 – 15% vai diễn trên TV xấp xỉ với tỉ lệ phần trăm của người Mỹ gốc Phi trong dân số Mỹ, và họ không được giao các vai hề nữa. Tuy nhiên, các dân tộc thiểu số khác – bao gồm người Mỹ gốc Á, người Mỹ gốc Tây

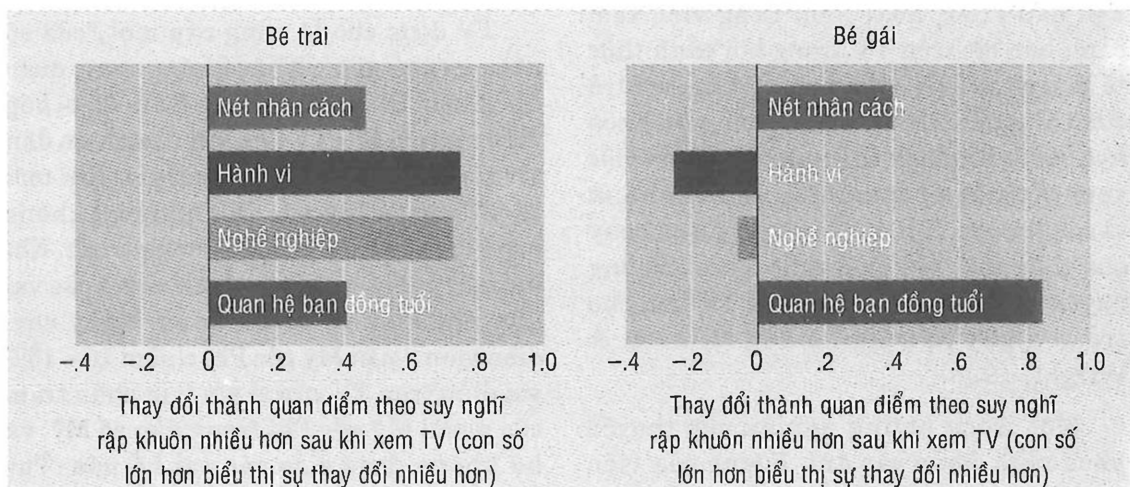
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một số người hoài nghi nhận xét rằng chương trình TV đơn thuần chỉ là sự phản ánh xã hội nói chung, vì thế trẻ không học được gì – tốt hay xấu – sớm muộn gì trẻ sẽ học được từ văn hóa. Bạn có đồng ý hay không?

Ban Nha, và người Mỹ bản xứ – xuất hiện rất thường xuyên trong giờ cao điểm (Huston & Wright, 1998). Trái lại, các chương trình giáo dục dành cho trẻ con thường bao gồm các nhân vật thiểu số và thường mô tả họ trong vị trí người có chức quyền (Neapolitan & Huston, 1994; Williams & Cox, 1995).

Đối với phụ nữ và người già tình hình cũng tương tự. Hình ảnh của họ trên TV vào giờ cao điểm ít giống với thực tế. Các vai trên TV dành cho nữ chưa đến 1/3 tổng số các vai. Khi phụ nữ xuất hiện trên TV, họ thường bị động và xúc cảm. Hầu hết đều thất nghiệp, những người có việc làm thường làm những nghề như cô giáo hoặc thư ký, theo suy nghĩ rập khuôn dành cho phái nữ (Huston & Wright, 1998). Mảnh đất truyền hình rõ ràng là nơi dành cho giới trẻ vì người Mỹ lớn tuổi hiếm khi nào được lên truyền hình. mặc dù gần 20% dân số Mỹ từ 60 tuổi trở lên, nhưng chưa đến 5% số nhân vật trên TV ở độ tuổi ấy. Thật trớ trêu, người già trên TV thường là nam giới bất chấp thực tế nữ giới vượt xa nam giới vào thời điểm này trong cuộc đời (Gerbner, 1993).

Thật đáng ngạc nhiên, chúng ta biết tương đối ít về ảnh hưởng của những mô tả theo suy nghĩ rập khuôn này đối với thái độ của trẻ con về các nhóm thiểu số hoặc người già. Tuy nhiên, tác động của sự mô tả nam và nữ giới theo suy nghĩ rập khuôn rất rõ ràng. Như bạn có thể hình dung, trẻ con xem TV thường xuyên, thường có quan điểm về phái nam và nữ theo suy nghĩ rập khuôn nhiều hơn. Chẳng hạn, Kimball (1986) nghiên cứu suy nghĩ rập khuôn vai trò giới tính ở một thị trấn nhỏ ở Canada nằm trong một thung lũng không thể thu được chương trình TV cho đến khi lắp đặt đài chuyển tiếp ở đây vào năm 1974. hai năm sau, người ta đánh giá số trẻ con trong thị trấn về nét nhân cách, hành vi, nghề nghiệp và quan hệ bạn đồng tuổi. Biểu đồ cho thấy quan điểm của bé trai và bé gái đối với những vấn đề này theo suy nghĩ rập khuôn nhiều hơn sau khi thu được sóng truyền hình.



Theo số liệu của Kimball. 1986.

Chẳng hạn, sau khi thu được sóng truyền hình, con gái có quan điểm về quan hệ bạn đồng tuổi theo suy nghĩ rập khuôn nhiều hơn, nghĩ rằng nói khoác và nguyền rủa là đặc điểm của con trai nhưng chia sẻ và giúp đỡ là đặc điểm của con gái. Con trai trong thị trấn có quan điểm về nghề nghiệp theo suy nghĩ rập khuôn hơn, cho rằng con gái có thể cô giáo và nấu ăn trong khi con trai làm bác sĩ và thẩm phán.

Chứng cứ như thế này cho thấy xem TV là nguyên nhân khiến trẻ con chấp nhận nhiều suy nghĩ rập khuôn nổi bật trong chương trình truyền hình (Signorielli & Lears, 1992). Đối với nhiều đứa trẻ và thanh niên, mô tả thành kiến của TV về thế giới *trở thành* thực tế.

Hành vi người tiêu dùng

Bột ngũ cốc có đường, bánh mì hamburger, khoai tây rán, bánh snack, đồ chơi đắt tiền... Những sản phẩm này là tiêu điểm trong số lượng quảng cáo khủng khiếp trên truyền hình nhắm vào trẻ con. Một đứa trẻ trung bình nhìn thấy hơn 50 đoạn phim quảng cáo mỗi ngày! Lúc mới 3 tuổi, đứa trẻ phân biệt được quảng cáo với chương trình. Tuy nhiên, trẻ con trước tuổi đến trường thường cho rằng quảng cáo hoàn toàn là hình thức giải trí khác – nhằm mục đích thông tin cho người xem. Cho đến 8 hoặc 9 tuổi, hầu hết trẻ con đều hiểu nội dung quảng cáo. Đồng thời trẻ con hiểu được mục đích của quảng cáo, trẻ con bắt đầu nhận biết quảng cáo không phải lúc nào cũng đúng (Liebert & Sprafkin, 1988).

Quảng cáo là công cụ kinh doanh hiệu quả đối với trẻ con. Trẻ con ngày càng thích nhiều sản phẩm được quảng cáo trên TV. Như đứa trẻ trong ảnh chụp, thúc giục bố mẹ mua sản phẩm mình thấy trên truyền hình. Trong một nghiên cứu (Greenberg, Fazel, & Weber, 1986), hơn 75% trẻ con kể rằng mình đã yêu cầu bố mẹ mua sản phẩm mình thấy quảng cáo trên TV. Bố mẹ mua ngay sản phẩm cho con!



Sức mạnh bán hàng qua quảng cáo trên TV đã làm cho những người quan tâm đến trẻ con để ý từ lâu, vì nhiều quảng cáo tập trung vào thực phẩm cho trẻ con có giá trị dinh dưỡng thấp và thường gây ra các rối loạn như bệnh béo phì và sâu răng. Chính phủ Mỹ có dạo qui định số lượng và loại quảng cáo trên chương trình TV (Huston, Watkins, & Kunkel, 1989), nhưng ngày nay trách nhiệm phần lớn thuộc về bố mẹ. Trong phần Bạn có thể ngạc nhiên, chúng tôi đề nghị một số phương pháp cho bố mẹ trong việc điều tiết việc xem TV của con.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: TRẺ CON KHÔNG CÒN RU RÚ Ở NHÀ NỮA!



Nếu bạn biết một đứa trẻ cứ ngồi dán mắt vào màn hình TV sau khi đi học về cho đến giờ ngủ, có bộ điều khiển từ xa của riêng mình và đọc Chương trình TV từ đầu đến cuối thì đến lúc bạn phải làm việc. Đây là một số đề nghị:

1. Trẻ con cần qui định tuyệt đối về thời lượng xem TV và loại chương trình cần xem. Những qui định này phải được củng cố thường xuyên!

2. Trẻ con không nên rơi vào bẫy "buồn quá, mở TV xem". Nên khuyến khích trẻ phải biết mình muốn xem chương trình gì trước khi mở TV.

3. Người lớn xem TV chung với trẻ con và thảo luận chương trình. Chẳng hạn, bố mẹ có thể bày tỏ sự phản đối một nhân vật có hành vi gây hấn và đề nghị các biện pháp khác để giải quyết mâu thuẫn. Bố mẹ cũng giải thích rõ suy nghĩ rập khuôn được mô tả. Mục đích là đối với trẻ con hiểu rằng giải thích của TV về thế giới thường không chính xác và khuyến khích đứa trẻ xem TV có phê phán. (Dĩ nhiên điều có thể xảy ra là đứa trẻ không thích bố mẹ nói chuyện huyên thuyên và ngừng xem!)

4. Bố mẹ phải là người biết xem TV. Hai lời khuyên đầu tiên áp dụng cho người xem ở mọi độ tuổi! Khi có mặt con trẻ, bố mẹ không nên xem chương trình bạo lực hoặc các chương trình khác không thích hợp với trẻ con. Bố mẹ cũng để điều khiển từ xa ở xa sao cho đứa trẻ cân nhắc và chọn lọc chương trình chứ không phải bấm hết kênh này sang kênh khác.

Hành vi ủng hộ xã hội

TV rõ ràng là ảnh hưởng rất mạnh đến thái độ gây hấn của trẻ con và đến suy nghĩ rập khuôn. Ảnh hưởng này có thể tác động đến mục tiêu ủng hộ xã hội nhiều hơn hay không? Xem TV có giúp trẻ con học cách rộng rãi hơn, cộng tác hơn và tự chủ nhiều hơn hay không? Có, theo các nghiên cứu phòng thí nghiệm ban đầu, trong những thí nghiệm này, trẻ con có nhiều khả năng hành động ủng hộ xã hội hơn sau khi xem các phim ngắn trong đó một bạn đồng tuổi có hành động ủng hộ xã hội. Chẳng hạn, đứa trẻ có nhiều khả năng chia sẻ hoặc nhiều khả năng cưỡng lại sự cám dỗ từ người khác khi đứa trẻ nhìn thấy sự chia sẻ hoặc cưỡng lại cám dỗ của bạn đồng tuổi trong phim (Liebert & Sprafkin, 1988).

Một nghiên cứu đầu tiên của Bryan và Walbek (1970) là điển hình cho loại thí nghiệm này. Trẻ con lớp 3 và lớp 4 nhận được phần thưởng khi chơi game, sau đó xem phim kể về một đứa trẻ khác nhận được cùng phần thưởng và được yêu cầu tặng một số phần thưởng cho quỹ từ thiện. Trong một phiên bản của phim, trẻ con tặng một phần phần thưởng, trong một phiên bản khác, trẻ con không tặng. Trẻ trong nghiên cứu sau đó được tạo cơ hội tặng một phần phần thưởng cho cùng quỹ từ thiện như trong phim. Trẻ con có nhiều khả năng tặng khi xem phim kể về một đứa trẻ hào phóng hơn là khi xem phim kể về một đứa trẻ keo kiệt. Vì thế, từ việc quan sát đứa trẻ khác hào phóng thì chính đứa trẻ sẽ có hành động hào phóng hơn.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Có phải tất cả các lý thuyết phát triển dự đoán rằng *chỉ cần* quan sát hành vi ủng hộ xã hội trên TV là đủ để hướng dẫn con trẻ có hành vi ủng hộ xã hội hay không?

Nghiên cứu các chương trình TV thực tế dẫn đến cùng kết luận. Trẻ con xem chương trình TV chú trọng hành vi ủng hộ xã hội như *Mister Rogers' Neighborhood,* có nhiều khả năng có hành vi ủng hộ xã hội hơn (Huston & Wright, 1998). Thật ra, một phân tích toàn diện cho thấy tác động của việc xem các chương trình TV ủng hộ xã hội còn nhiều hơn tác động của việc xem cảnh bạo lực chiếu trên truyền hình (Hearold, 1986). Nhất là con trai hưởng lợi từ việc xem chương trình TV ủng hộ xã hội, có lẽ vì kỹ năng ủng hộ xã hội con trai không bằng con gái.

Mặc dù nghiên cứu cho thấy hành vi ủng hộ xã hội có thể bị ảnh hưởng của việc xem TV, hai yếu tố quan trọng hạn chế tác động ủng hộ xã hội thực tế của việc xem TV. Thứ nhất, hành vi ủng hộ xã hội được mô tả trong các chương trình TV không thường xuyên bằng các hành vi gây hấn, cơ hội để học hỏi hành vi ủng hộ xã hội từ truyền hình rất hạn chế. Thứ hai, trong thế giới thật của việc xem TV, số lượng các chương trình ủng hộ xã hội tương đối ít phải cạnh tranh với các loại chương trình truyền hình khác cũng như các hoạt động khác trong thời gian dành cho thiếu

nhi. Trẻ con hoàn toàn không thể xem một vài chương trình ủng hộ xã hội trên truyền hình. rõ ràng, chúng ta chưa khai thác sức mạnh của truyền hình cho các mục đích ủng hộ.

ẢNH HƯỞNG ĐẾN NHẬN THỨC

Chắc chắn bạn biết Big Bird, Kermit the Frog, Cookie Monster, Oscar the Grouch, và những người bạn của chúng vì chúng là vai diễn trong tiết mục *Sesame Street,* một trong những tiết mục trình chiếu lâu đời nhất trong lịch sử TV. Lần đầu tiên xuất hiện vào năm 1969, *Sesame Street* giúp giáo dục nhiều thế hệ trẻ con trước tuổi đến trường. Ngày nay, bố mẹ xem *Sesame Street* khi còn nhỏ là đang xem chính mình thời còn bé.

Do Phân xưởng truyền hình thiếu nhi sản xuất, mục tiêu của *Sesame Street* là sử dụng sức mạnh của phim video và hoạt hình để nuôi dưỡng các kỹ năng như nhận biết chữ và con số, tập đếm và từ vựng ở trẻ con trước tuổi đến trường. Đánh giá được tiến hành trong những năm đầu chiếu *Sesame Street* cho thấy chương trình đã đạt được mục tiêu – trẻ con trước tuổi đến trường xem *Sesame Street* thường xuyên thì thường thành thạo trong các kỹ năng học thuật có mục tiêu hơn số trẻ con ít xem chương trình này. Một đứa trẻ xem thường xuyên dễ thích nghi với trường học hơn theo đánh giá của giáo viên (Bogatz & Ball, 1972).



Nghiên cứu gần đây hơn khẳng định những lợi ích này. Wright và Huston (1995), chẳng hạn nhận thấy đứa trẻ trước tuổi đến trường xem *Sesame Street* thường xuyên có vốn từ nhiều hơn, làm toán giỏi hơn và kỹ năng chuẩn bị tập đọc tốt hơn, chuẩn bị đi học tốt hơn đứa trẻ trước tuổi đến trường xem chương trình không thường xuyên. Điều quan trọng, những lợi ích này đối với trẻ con Mỹ gốc Âu và Mỹ gốc Tây Ban Nha đều như nhau, đối với trẻ con xuất thân trong các gia đình giai cấp trung lưu và hạ lưu đều như nhau.

Xây dựng trên sự thành công của *Sesame Street,* Phân xưởng truyền hình thiếu nhi phát triển nhiều chương trình thành công khác. *Electric Company* nhằm mục đích dạy kỹ năng đọc, *3-2-1 Contact* có tiêu điểm khoa học và công nghệ, còn *Square One TV* nhắm vào toán học (Liebert & Spratkin, 1988). Chương trình gần đây hơn gồm có *Reading Rainbow, Ghostwriter, Where in the World Is Carmen Sandiego?,* và *Bill Nye Science Guy.* Những chương trình này không được đánh giá thành công như *Sesame Street.* Tuy nhiên, chứng cứ điển hình là trẻ con xem những loại chương trình này thường xuyên cải thiện kỹ năng học thuật của mình cũng như phát triển thái độ tích cực hơn (Huston & Wright, 1998).

Những chương trình như thế này chắc chắn cho rằng ảnh hưởng xã hội hóa truyền hình không nên hạn chế trong việc hiểu biết về sự gây hấn và suy nghĩ rập khuôn. Trẻ con có thể tập quen kỹ năng học thuật và kỹ năng xã hội hữu dụng nếu bố mẹ nhấn mạnh rằng trẻ con phải là khán giả tốt, và nếu họ nhấn mạnh rằng TV cải thiện chất lượng và tính đa dạng của chương trình có sẵn cho trẻ con và thanh niên.

TỰ KIỂM TRA

1. Khi trẻ con xem nhiều cảnh bạo lực trên TV, thì đứa trẻ thường trở nên ______.
2. Trẻ con trước tuổi đến trường cho rằng quảng cáo ______.
3. Trẻ con xem *Sesame Street* thường xuyên cải thiện kỹ năng học thuật của mình, và theo giáo viên, ______.
4. Hãy áp dụng sự khác nhau giữa suy nghĩ hội tụ và phân kỳ, được giải thích trong chương 6, để mô tả ảnh hưởng của việc xem TV đối với trẻ con.

Trả lời: (1) gây hấn nhiều hơn, (2) tưởng trùng một loại chương trình thông tin khác nhưng không hiểu nội dung, (3) thích nghi với trường học dễ hơn.

TÌM HIỂU NGƯỜI KHÁC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Khi trẻ con phát triển, trẻ con mô tả người khác khác nhau như thế nào?**
- **Tìm hiểu sự thay đổi suy nghĩ của người khác khi trẻ con phát triển ra sao?**
- **Trẻ con phát triển thành kiến đối với người khác khi nào?**

Tìm hiểu người khác

Mô tả người khác

Tìm hiểu người khác suy nghĩ những gì

Thành kiến

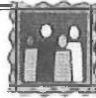
KHI *12 tuổi, Ian đồng ý chăm nom em trai 5 tuổi Kyle, mẹ nhắc Ian không để cho Kyle đến tầng hầm vì món quà sinh nhật của Kyle đang để ở đó chưa gói. Nhưng khi mẹ rời khỏi nhà, Kyle muốn xuống tầng hầm để cưỡi xe đạp 3 bánh. Khi Ian bảo với Kyle không được xuống thì Kyle vừa tức vừa khóc la lớn, "Em sẽ mét mẹ vì anh chơi xấu em". Ian muốn mình có thể giải thích cho Kyle hiểu nhưng cậu biết giải thích chỉ gây thêm rắc rối!*

Khi trẻ con dành nhiều thời gian với người khác hơn (hoặc trực tiếp hoặc một cách có hại là xem TV), trẻ con bắt đầu hiểu người khác tốt hơn. Chẳng hạn, trong minh họa này, Ian biết tại sao Kyle tức và biết nếu chiều Kyle lúc này, thì khi trở về mẹ sẽ rất giận. Sự hiểu biết về người khác đang phát triển ở trẻ con là tiêu điểm của phần này. Chúng ta bắt đầu bằng cách khảo sát trẻ con mô tả người khác ra sao sau đó tìm hiểu sự hiểu biết của đứa trẻ về cách người khác suy nghĩ ra sao. Sau cùng, chúng ta cũng hiểu được nhận thức của trẻ con về các nhóm xã hội khác nhau có thể dẫn đến thành kiến ra sao.

MÔ TẢ NGƯỜI KHÁC

Khi trẻ con phát triển, các quá trình nhận thức tinh vi hơn làm cho sự tự mô tả trở nên phong phú hơn, trừu tượng hơn và tâm lý hơn. Cũng những thay đổi này xảy ra trong mô tả người khác của trẻ con. Trẻ con bắt đầu bằng việc mô tả người khác theo nghĩa đặc điểm cụ thể chẳng hạn hành vi, và chuyển sang việc mô tả người khác theo nghĩa trừu tượng (Barenboim, 1981; Livesley & Bromley, 1973). Phần Người thật việc thật chứng minh sự tiến bộ này ở trẻ con.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: KỂ TÔI NGHE VỀ CÔ GÁI BẠN THÍCH NHẤT



Cứ một vài năm, Tamsen được yêu cầu mô tả một cô gái mà cô thích nhất. Mỗi lần cô đều mô tả một bạn gái khác nhau. Quan trọng hơn, nội dung mô tả của cô cũng thay đổi, ít tập trung vào hành vi mà chú trọng vào đặc điểm tâm lý. Chúng ta hãy bắt đầu bằng mô tả khi cô 7 tuổi:

> Vanessa lùn, tóc đen, mắt nâu. Cô sử dụng xe lăn vì không thể đi được. Cô học chung lớp với tôi. Cô có búp bê giống như tôi. Cô thích hát và đọc.

Mô tả Vanessa của Tamsen có lẽ không khác với cách cô tự mô tả mình: chú trọng vào đặc điểm cụ thể chẳng hạn như vẻ ngoài, vật sở hữu và sở thích của Vanessa. So sánh mô tả này với mô tả sau, khi Tamsen 10 tuổi:

> Kate sống trong căn hộ của tôi. Cô ấy đọc rất tốt, cũng giỏi môn toán và khoa học. Cô tử tế với mọi người trong lớp. Cô rất vui. Đôi khi chuyện cười của cô khiến tôi phải cười bể bụng! Cô đang theo học lớp piano và thích chơi đá banh.

Giải thích của Tamsen vẫn còn bao gồm các đặc điểm cụ thể như Kate sống ở đâu, cô ấy thích làm gì. Tuy nhiên, nét tâm lý cũng thấy rõ: Tamsen mô tả Kate là tử tế và vui. Khi 10 tuổi, trẻ con thay đổi vượt quá cụ thể thuần túy và có thể quan sát thấy được qua việc nó mô tả người khác. Ở tuổi thanh niên, mô tả ngày càng phức tạp hơn, như bạn thấy trong đoạn sau khi Tamsen 16 tuổi:

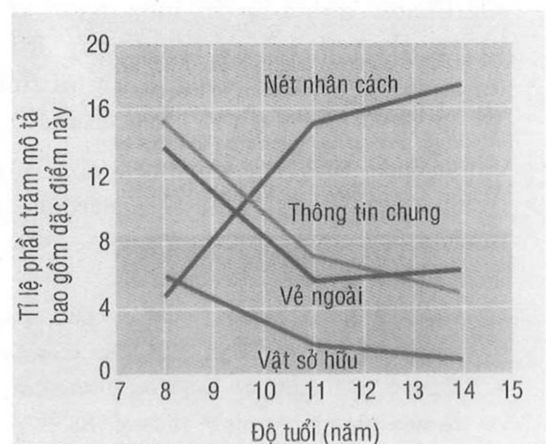
> Jeannie rất cảm thông. Bất cứ khi nào bất kỳ ai trong trường học khó chịu, cô đến giúp một tay. Tuy nhiên, khi ở một mình, Jeannie tỏ ra rất châm biếm. Cô nói một chuyện gì đó rất ghê tởm về người khác. Nhưng tôi biết cô không hề nói linh tinh nếu cô biết có người nghe được vì cô không muốn làm tổn thương cảm xúc của người khác.

Mô tả này trừu tượng hơn: lúc này Tamsen tập trung vào nét tâm lý như cảm thông và quan tâm đến cảm xúc của người khác. Mô tả cũng kết hợp hơn: Tamsen cố giải thích làm cách nào Jeannie vừa cảm thông vừa châm biếm.

Mỗi mô tả trong ba mô tả của Tamsen rất điển hình. Khi 7 tuổi, cô chú trọng đặc điểm cụ thể, khi 10 tuổi, cô bắt đầu đề cập nét tâm lý, khi 16 tuổi, cô bắt đầu kết hợp nét để hình thành một giải thích mạch lạc.

Sự tiến bộ trong nhận thức của trẻ con về người khác được minh họa sinh động trong một nghiên cứu kinh điển của Livesley và Bromley (1973). Họ phỏng vấn 320 đứa trẻ từ 7 – 15 tuổi học trường ở Merseyside, England (gần Liverpool, quê hương của nhóm nhạc Beatles). Tất cả những người tham gia được yêu cầu mô tả 8 người mình biết: hai bạn trai, hai bạn gái, hai đàn ông và hai đàn bà. Người điều tra yêu cầu người tham gia, "... tôi muốn em mô tả họ thuộc loại người nào. Tôi muốn em cho tôi biết em nghĩ gì về họ và họ giống ai".

Những người tham gia ở nhiều độ tuổi khác nhau đưa ra mô tả điển hình giống như mô tả của Tamsen ở 3 độ tuổi khác nhau. Sau đó Livesley và Bromley phân loại nội dung mô tả. Một số kết quả của họ thể hiện trong biểu đồ. Mô tả ám chỉ vẻ ngoài hệ thống vật sở hữu kém phổ biến hơn khi trẻ con lớn tuổi hơn, cũng như mô tả cung cấp thông tin chung chẳng hạn như độ tuổi, giới tính, tín ngưỡng hoặc trường học. Trái lại, mô tả nét nhân cách



Theo số liệu của Livesley và Bromley, 1973.

(như "thân thiện" hoặc "tự phụ") tăng dần ở trẻ con từ 8 – 14 tuổi. Vì thế, mô tả về người khác của trẻ con bắt đầu bằng đặc điểm cụ thể rồi sau đó dần dần mang tính khái niệm nhiều hơn.

TÌM HIỂU NGƯỜI KHÁC SUY NGHĨ NHỮNG GÌ

Một đặc điểm phân biệt trong suy nghĩ của trẻ con trước tuổi đến trường là khó nhận xét về thế giới từ quan điểm của người khác. Piaget gọi đặc điểm này là tính tự đề cao mình, và đây là một đặc điểm hạn chế nội dung giai đoạn phát triển tiền hoạt động của ông. Khi trẻ con thay đổi qua khỏi những năm trước tuổi đến trường, trẻ con hiểu rằng người khác nhìn thế giới một cách khác nhau theo nghĩa đen lẫn nghĩa bóng. Chẳng hạn, trong phần minh họa Ian hiểu tại sao em trai Kyle của mình tức giận: Kyle nghĩ rằng Ian hách dịch và chơi xấu, Ian hiểu rằng Kyle không biết lý do tốt tại sao không nên đi xuống tầng hầm.

Hiểu biết tinh vi về cách người khác suy nghĩ dần dần có được qua thời thơ ấu và tuổi thanh niên. Robert Selman (1980, 1981) đưa ra một thuyết về cách hiểu suy nghĩ của người khác diễn ra ra sao, nghĩa là cách chấp nhận quan điểm. Thuyết của Selman dựa trên hai giả định quan trọng của Piaget, nghĩa là tìm hiểu người khác xảy ra theo giai đoạn và sự thay đổi từ một giai đoạn này sang một giai đoạn khác dựa trên sự phát triển nhận thức.

Selman (1980) đặt thuyết của mình trên cơ sở phản ứng của trẻ con trước tình huống khó xử xã hội như sau:

> Holly là bé gái 8 tuổi thích trèo cây. Trong xóm cô trèo giỏi nhất. Một hôm trong khi đang ở trên một cây cao trèo xuống đất, cô té ngã nhưng không bị thương. Bố cô nhìn thấy cô té. Ông khó chịu, yêu cầu cô hứa không được trèo cây nữa. Holly phải hứa.
>
> Đến chiều, Holly và bạn bè cô gặp Sean. Con mèo của Sean bị mắc kẹt trên cây không thể trèo xuống. Phải trèo cây để cứu con mèo nếu không mèo sẽ rớt xuống đất. Holly là người duy nhất có thể trèo tuốt lên cao chỗ con mèo nằm, nhưng cô nhớ lại lời cô đã hứa với bố. (Selman & Byrne, 1974, trang 805).

Tình huống khó xử này điển hình ở chỗ gồm có nhiều người không có cùng kiến thức về các sự kiện đang diễn ra. Sau khi nghe câu chuyện, trẻ con và thanh niên được hỏi nhiều câu để khảo sát khả năng chấp nhận quan điểm của họ và dự đoán điều gì xảy ra cho Holly.

Selman tìm thấy câu trả lời cho tình huống khó xử giống như thế này càng tinh vi hơn khi trẻ con phát triển. Thật ra, ông đưa rằng 5 giai đoạn chấp nhận quan điểm khác nhau như trong bảng trang 315.

Giai đoạn thứ nhất được gọi là không phân biệt vì đứa trẻ trong giai đoạn này nhầm lẫn về "ai suy nghĩ cái gì". Đứa trẻ trong giai đoạn này có thể trả lời, "bố của Holly sẽ rất vui vì ông thích mèo con". Câu trả lời này nhầm lẫn suy nghĩ của Holly với suy nghĩ của bố cô và xem thường lời hứa của Holly. Trẻ con trong giai đoạn thông tin – xã hội có thể nói, "nếu bố của Holly hiểu lý do tại sao cô trèo cây thì sẽ không giận". Câu trả lời này cho thấy trẻ con hiểu rằng phản ứng của bố tùy thuộc vào việc liệu ông có biết lý do giải thích hành vi của Holly hay không.

Trong giai đoạn tự phản ánh, trẻ con có thể nói, "bố của Holly hiểu rằng cô nghĩ việc cứu mèo con là điều thực sự quan trọng, vì thế ông ấy sẽ không tức giận. Có lẽ ông ấy còn tự hào". Nhận xét này cho thấy bố của Holly chấp nhận quan điểm của Holly, đặc điểm trong giai đoạn tự phản ánh.

Ở mức độ kế tiếp, giai đoạn người thứ ba, đứa trẻ có thể trả lời, "Holly nhớ lời hứa nhưng không nghĩ rằng bố sẽ giận

CÁC GIAI ĐOẠN CHẤP NHẬN QUAN ĐIỂM CỦA SELMAN

Giai đoạn	Độ tuổi xấp xỉ	Mô tả
Không phân biệt	3-6 tuổi	Trẻ con biết rằng mình và người khác có suy nghĩ và cảm xúc khác nhau nhưng thường nhầm lẫn hai cái.
Thông tin – xã hội	4-9 tuổi	Trẻ con biết rằng quan điểm khác nhau vì người ta tiếp cận thông tin khác nhau.
Tự phản ánh	7-12 tuổi	Trẻ con có thể chấp nhận quan điểm của người khác và nhận xét về mình như người khác nhận xét. Trẻ con biết rằng người khác có thể làm tương tự.
Người thứ ba	10-15 tuổi	Trẻ con có thể bước ra ngoài tình huống trực tiếp để tìm hiểu mình và người khác để người thứ ba nhận xét ra sao.
Xã hội	14 tuổi đến lớn	Thanh niên nhận biết rằng quan điểm của người thứ ba bị bối cảnh cá nhân, xã hội và văn hóa rộng hơn tác động.

dữ khi cô giải thích rằng cô chỉ trèo cây để cứu mèo con. Bố cô muốn Holly nhờ người lớn trèo giúp, nhưng ông cũng hiểu đối với Holly việc cứu mèo con lại quan trọng như thế". Đứa trẻ này cùng lúc xem xét cả quan điểm của Holly và của bố cô trước tình huống khó xử. Nghĩa là, trong khi trả lời, đứa trẻ bước ra ngoài tình huống trực tiếp để chọn quan điểm của một bên thứ ba trung tính, bên này có thể khảo sát quan điểm của Holly lẫn quan điểm của bố cô.

Ở mức độ tiên tiến nhất, giai đoạn xã hội, thanh niên có thể trả lời, "Holly và bố cả hai đều biết rằng cô luôn vâng lời bố. Vì thế, cả hai hiểu rằng nếu cô không vâng lời bố, vẫn cứ trèo cây thì chắc hẳn phải có lý do chính đáng. Vì thế, họ nói về lý do này". Câu trả lời của đứa trẻ này giống như đứa trẻ trước cùng lúc xem xét quan điểm của Holly và của bố cô. Sự khác nhau là nhận xét này đặt vấn đề trong bối cảnh lịch sử mối quan hệ bố – con gái rộng hơn.

Theo dự đoán trong thuyết của Selman, nghiên cứu cho thấy khi đứa trẻ phát triển, lập luận xã hội trẻ thay đổi lần lượt qua từng giai đoạn. Ngoài ra, bất kể độ tuổi, trẻ ở mức độ nhận thức cao cấp hơn thường ở giai đoạn chấp nhận quan điểm cao hơn (Gurucharri & Selman, 1982; Krebs & Gillmore, 1982).

Ủng hộ khác dành cho thuyết của Selman xuất phát từ nghiên cứu kết hợp giữa việc chấp nhận quan điểm với hành vi xã hội. Trong ảnh (trang 316), đứa trẻ đang giữ bóng rõ ràng nhận biết rằng bé gái đứng ngoài đường biên muốn chơi, vì thế nó mời cô bé tham gia. Trẻ con con có thể đoán người khác đang suy nghĩ điều gì nên hòa

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Các giai đoạn chấp nhận quan điểm của Selman tương ứng với các giai đoạn của Piaget và Erikson ra sao?



thuận với bạn đồng tuổi tốt hơn, và nghiên cứu cũng cho thấy trẻ con làm như thế. Chẳng hạn, đứa trẻ có kỹ năng chấp nhận quan điểm tốt thường được bạn đồng tuổi rất thích (LeMare & Rubin, 1987). Dĩ nhiên, hiểu biết đơn thuần không đảm bảo cho hành vi xã hội tốt, đôi khi nó hiểu đứa trẻ khác đang có suy nghĩ gì sẽ lợi dụng đứa trẻ này. Nhưng nói chung hiểu biết người khác nhiều hơn trông có vẻ thúc đẩy sự tương tác tích cực với người khác.

THÀNH KIẾN

Khi trẻ con tìm hiểu về người khác nhiều hơn thì nó phát hiện rằng con người thuộc về các nhóm xã hội khác nhau dựa trên các biến số như giới tính, dân tộc và giai cấp xã hội. Vào những năm trước tuổi đến trường, hầu hết trẻ con có thể phân biệt nam với nữ và có thể nhận dạng con người thuộc các nhóm dân tộc thiểu số khác nhau (Aboud, 1993). Một khi đứa trẻ biết tư cách thành viên của mình trong một nhóm cụ thể – "Tôi là cậu bé người Mỹ gốc Việt" – thì đứa trẻ thường thể hiện thành kiến. Nghĩa là, đứa trẻ có quan điểm xem nhóm của riêng mình có nhiều thuận lợi hơn nhóm khác. Trẻ con trước tuổi đến trường và độ tuổi mẫu giáo thường qui kết các nét tích cực (thân thiện và thông minh) cho nhóm của mình và qui kết các nét tiêu cực (keo kiệt, ưa đánh nhau) cho các nhóm khác (Black-Gutman & Hickson, 1996).

Khi trẻ con bước vào những năm tiểu học thì thành kiến có phần giảm sút (Powlishta và người khác, 1994). Tại sao? Sự phát triển nhận thức là câu trả lời. Trẻ con trước tuổi đến trường và độ tuổi mẫu giáo thường nghĩ rằng mọi người thuộc các nhóm khác khác hẳn với nhóm của mình và thông thường, họ không tốt. Trẻ con lớn tuổi hơn hiểu rằng các nhóm xã hội là không đồng nhất – trẻ con hiểu rằng người Mỹ gốc Âu, con gái và trẻ con béo phì chẳng hạn – tất cả không phải đều giống nhau. Và trẻ con cũng biết rằng con người ở những nhóm khác nhau có thể giống hơn với những người trong cùng nhóm. Gary, một đứa trẻ Mỹ gốc Phi rất thích máy vi tính nhận thấy cậu rất vui khi chơi chung với Vie, một trẻ Mỹ gốc Ý cũng thích máy vi tính, nhưng cậu không thích Curtis, một đứa trẻ Mỹ gốc Phi thích âm nhạc. Khi trẻ con nhận biết rằng các nhóm xã hội bao gồm tất cả loại người khác nhau thì thành kiến giảm bớt.

Thành kiến có thể ít thấy rõ hơn ở trẻ con lớn tuổi hơn, nhưng vẫn còn. Trẻ con lớn tuổi hơn và thanh niên vẫn còn có định kiến tích của cực đối với nhóm của chính mình và tiêu cực đối với nhóm khác (Powlishta và người khác, 1994). Dĩ nhiên, nhiều người lớn cũng có cùng thành kiến tương tự đối với nhóm của chính mình, trẻ con và thanh niên phản ánh thái độ của những người xung quanh.

Bố mẹ, thầy cô và người lớn có thể loại bỏ thành kiến gì ở trẻ con? Một cách là khuyến khích quan hệ thân thiện, mang tính xây dựng ở trẻ con thuộc các nhóm khác nhau (Ramsey, 1995). Người lớn có thể tạo ra các tình huống trong đó trẻ con thuộc các nhóm khác nhau cùng hợp tác hướng về mục tiêu chung. Trong trường học, mục tiêu này có thể là một dự án trong lớp học như ảnh chụp (trang 317). Trong các môn



thể thao, mục tiêu là nắm vững một kỹ năng mới. Bằng cách hợp tác Gary bắt đầu nghĩ rằng Vic hành động, suy nghĩ và cảm nhận như thế vì bạn ấy là Vic, chứ không phải bạn ấy là người Mỹ gốc Ý.

Một tiếp cận hữu dụng khác là yêu cầu trẻ con đảm nhận nhiều vai trò khác nhau (Davidson & Davidson, 1994). Trẻ con được yêu cầu tưởng tượng rằng vì chủng tộc, nền tảng dân tộc hoặc giới tính của mình, trẻ con bị thóa mạ bằng lời hoặc không được phép tham gia các hoạt động đặc biệt. Trẻ con được yêu cầu tưởng tượng rằng mình không thể đến câu lạc bộ bơi của tư nhân vì bạn ấy là người Mỹ gốc Phi hoặc bạn ấy không được mời dự tiệc vì bạn ấy là người Mỹ gốc Tây Ban Nha. Về sau này, đứa trẻ nhớ lại mình cảm thấy ra sao khi đối xử phân biệt chủng tộc và thành kiến nhắm vào mình. Trẻ con được yêu cầu suy nghĩ về những gì mà nó nghĩ là công bằng – những gì nên làm trong những tình huống như thế này.

Từ kinh nghiệm như những kinh nghiệm này, trẻ con và thanh niên tự hiểu rằng tư cách thành viên của một người trong một nhóm xã hội cho chúng ta biết rất ít về người ấy. Thay vào đó, họ hiểu rằng tất cả trẻ con đều khác nhau, mỗi đứa trẻ là sự kết hợp độc đáo giữa kinh nghiệm, kỹ năng và giá trị.

TỰ KIỂM TRA

1. Khi thanh niên mô tả người khác, họ thường ______.
2. Trong giai đoạn cao cấp nhất trong thuyết của Selman, thanh niên ______.
3. Thành kiến có phần nào giảm khi trẻ con lớn tuổi hơn vì ______.
4. Lý thuyết gia xử lý thông tin mô tả các giai đoạn trong thuyết chấp nhận quan điểm của Selman như thế nào?

Trả lời: (1) cố gắng đưa ra một giải thích mạch lạc, kết hợp (2) đưa ra một quan điểm về tình huống của một người thứ ba và nhận biết ảnh hưởng của bối cảnh của quan điểm này, (3) với sự phát triển nhận thức, trẻ con biết rằng các nhóm xã hội không phải đồng nhất

---

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Trong chương này, chúng ta khảo sát một số trong nhiều tác động góp phần xã hội hóa. Bố mẹ, bạn đồng tuổi, và TV nổi bật như tác nhân định hình quan trọng

trong sự phát triển của trẻ con. Chúng ta hiểu rằng kiểu làm bố mẹ ảnh hưởng đến cả sự phát triển nhận thức lẫn xã hội. Đứa trẻ được bố mẹ có kiểu độc đoán như mẹ của Tanya thường có thái độ tự trọng thấp và kỹ năng xã hội thấp, đứa trẻ được bố mẹ có kiểu quyền uy nuôi dưỡng như mẹ của Sheila thường tự lực, thân thiện và kết quả học tập tốt trong trường học. chúng ta hiểu rằng các nhóm như nhóm ở Trại hè Crab Orchard là một yếu tố quan trọng trong đời sống xã hội ở trẻ con lớn tuổi và thanh niên, và tác động của nhóm lớn nhất các tiêu chuẩn hành vi không rõ ràng. Chúng ta cũng thấy ảnh hưởng của TV rất lớn, làm cho đứa trẻ như Roberto dựa vào gây hấn để giải quyết mâu thuẫn giữa cá nhân với nhau, và làm cho đứa trẻ có một quan điểm rập khuôn về thế giới. Sau cùng, chúng ta biết rằng trẻ con mô tả và hiểu biết người khác trở nên phức tạp cùng với độ tuổi, nên thanh niên như Ian thường hiểu rõ người khác đang suy nghĩ những gì. Và chúng ta nhận thấy thành kiến giảm sút theo độ tuổi, nhất là khi đứa trẻ tương tác với bạn đồng tuổi từ các nhóm khác.

Vì thế, bố mẹ, anh chị em ruột, bạn đồng tuổi và truyền hình xác định phần lớn bối cảnh phát triển văn hóa xã hội cho trẻ con Mỹ, và tác động của họ rất đáng kể. Thông qua sức mạnh kết hợp của bố mẹ, anh chị em ruột, bạn đồng tuổi và truyền hình, trẻ con hiểu được suy nghĩ và hành vi trong nền văn hóa của mình. Nhưng vẫn chưa hiểu được đầy đủ tư cách thành viên của người lớn trong nền văn hóa của mình. Khi đến tuổi thanh niên mới hiểu được, chủ đề này sẽ được khảo sát trong chương 8.

TÓM TẮT



Mối quan hệ gia đình

Khía cạnh và kiểu làm bố mẹ

- Một yếu tố quan trọng trong mối quan hệ bố mẹ – con cái là mức độ tình cảm dạt dào mà bố mẹ thể hiện: trẻ con rõ ràng hưởng lợi từ bố mẹ biết quan tâm, tình cảm. Yếu tố thứ hai là kiểm soát, vốn rất phức tạp vì kiểm soát quá nhiều hoặc quá ít cũng đều không tốt. Sự kiểm soát của bố mẹ hiệu quả bao gồm việc ấn định các tiêu chuẩn thích hợp, củng cố chúng và cố dự đoán các mâu thuẫn.

- Khẳng định uy quyền là không hiệu quả và đôi khi là hình thức trừng phạt có hại. Time-out, trong đó đứa trẻ bị cô lập trong một thời gian ngắn, là cách trừng phạt trẻ con hiệu quả hơn nhiều.

- Tính đến cả sự kiểm soát và tình cảm nhiệt tình, nổi bật bốn kiểu bố mẹ nguyên mẫu. (a) bố mẹ độc đoán kiểm soát nhưng không quan tâm. (b) Bố mẹ quyền uy kiểm soát tương đối nhưng cũng quan tâm đến con. (c) Bố mẹ nuông chiều thoải mái yêu thương con nhưng ít kiểm soát. (d) Bố mẹ dửng dưng – không quan tâm không kiểm soát cũng không tình cảm. Bố mẹ quyền uy trông có vẻ phù hợp nhất đối với trẻ con theo nghĩa sự phát triển nhận thức và xã hội.

- Đặc điểm của trẻ con ảnh hưởng đến kiểu làm bố mẹ. Độ tuổi và tính khí của đứa trẻ sẽ ảnh hưởng đến cách bố mẹ sử dụng sự kiểm soát đối với con.

Anh chị em ruột

• Việc bố mẹ sinh thêm em có thể gây căng thẳng đối với đứa trẻ, nhất là khi đứa trẻ vẫn còn nhỏ và khi bố mẹ phớt lờ nhu cầu của nó. Anh chị em ruột hòa thuận tốt hơn khi cùng phái, nghĩ rằng bố mẹ đối xử với tất cả đều như nhau, hòa thuận đến tuổi thanh niên và khi có bố mẹ cũng hòa thuận.

• Bố mẹ có kỳ vọng đối với con đầu lòng cao hơn, giải thích tại sao trẻ con như thế thông minh hơn và có nhiều khả năng vào đại học hơn. Con sinh sau này được ưa thích hơn và nhiều sáng kiến hơn. Trái với dân gian, con một hầu như không bao giờ tệ hơn các con khác. Trong một số khía cạnh (chẳng hạn như thông minh, kết quả học tập và tự quản), con một thường trội hơn.

Ly hôn và tái hôn

• Vài tháng sau khi ly hôn, kiểu làm bố mẹ của mẹ thường kém hiệu quả hơn và con có hành vi non nớt. Hai năm sau khi ly hôn, cuộc sống gia đình được cải thiện. Sáu năm sau khi ly hôn, mối quan hệ mẹ – con gái thường rất tích cực nhưng mối quan hệ mẹ – con trai thường đầy ắp mâu thuẫn.

• Ly hôn gây phương hại cho trẻ con trong nhiều lĩnh vực từ kết quả học tập cho đến điều chỉnh thích nghi. Tác động của ly hôn phát xuất từ sự giám sát trẻ con ít hơn sau khi ly hôn, cảnh túng quẫn kinh tế và mâu thuẫn giữa bố mẹ. Trẻ con thường hưởng lợi khi bố mẹ có sự giám hộ chung sau khi ly hôn hoặc khi đứa trẻ sống với bố mẹ cùng phái với mình.

• Khi mẹ lấy chồng khác, con gái đôi khi gặp khó thích nghi vì bố dượng mới vi phạm mối quan hệ thân thiết giữa mẹ – con gái. Bố lấy vợ khác cũng gây khó khăn vì đứa trẻ sợ mẹ ghẻ sẽ phá vỡ mối quan hệ thân mật giữa bố – con, và căng thẳng giữa mẹ ghẻ và mẹ không nuôi con.

Mối quan hệ bố mẹ – con cái không như mong đợi: ngược đãi con cái

• Các yếu tố văn hóa góp phần vào sự ngược đãi trẻ con bao gồm quan điểm của nền văn hóa về bạo lực, đói nghèo và cô lập xã hội. Bố mẹ ngược đãi con cái thường bị bỏ bê hoặc ngược đãi khi còn nhỏ và thường là những cá nhân không có kỹ năng xã hội, bất hạnh. Trẻ nhỏ tuổi hơn hoặc ốm yếu thường có khả năng trở thành mục tiêu bị ngược đãi. Trẻ con bị ngược đãi thường tụt hậu trong sự phát triển nhận thức và xã hội.



Bạn đồng tuổi

Tình bạn

• Tình bạn ở trẻ con trước tuổi đến trường dựa trên sự quan tâm chung và hòa thuận. Khi đứa trẻ phát triển, sự trung thành, tin cậy và thân mật trở thành những đặc điểm quan trọng hơn trong tình bạn. Bạn bè thường giống nhau về độ tuổi, giới tính, chủng tộc và thái độ. Trẻ con có bạn thường có kỹ năng xã hội tốt hơn và dễ thích nghi hơn.

Nhóm

• Trẻ con lớn tuổi hơn và thanh niên thường hình thành bọn – các nhóm nhỏ gồm các cá nhân có suy nghĩ giống nhau – trở thành một phần của đám đông. Một số đám đông có thân thế cao hơn một số đám đông khác, thành viên của đám đông có thân thế cao hơn thường có thái độ tự trọng cao hơn thành viên của đám đông có thân thế thấp hơn.

• Phổ biến ở hầu hết các nhóm là hệ thống thứ bậc vượt trội, một cấu trúc được xác định rõ với trưởng nhóm ở vị trí cao nhất. Sức mạnh cơ thể thường xác định

hệ thống thứ bậc vượt trội, nhất là ở con trai. Tuy nhiên, ở trẻ con lớn tuổi hơn và thanh niên, hệ thống thứ bậc vượt trội thường dựa trên kỹ năng là điểm quan trọng đối với nhóm.

• Áp lực của bạn đồng tuổi không phải hoàn toàn tốt cũng không phải hoàn toàn có hại. Thật ra, nhóm ảnh hưởng đến suy nghĩ chủ yếu trong các lĩnh vực nơi tiêu chuẩn hành vi không rõ ràng, chẳng hạn như sở thích âm nhạc hoặc trang phục, hoặc liên quan đến uống rượu, sử dụng chất gây nghiện và quan hệ tình dục.

Được ưa thích và bị hất hủi

• Trẻ con được ưa thích đều có kỹ năng xã hội, thường chia sẻ, cộng tác và giúp đỡ người khác. Trẻ con ít có khả năng hành xử theo cách phản xã hội chẳng hạn ẩu đả.

• Một số đứa trẻ bị bạn đồng tuổi hất hủi, thường là vì nó quá gây hấn hoặc quá lãnh đạm. Trẻ con như thế thường không thành công trong trường học và bị rối loạn hành vi. Kiểu gây hấn của một số đứa trẻ bị hất hủi có thể liên kết với bố mẹ thích gây gổ, hoặc thích đánh nhau và bố mẹ không nhất quán trong kỷ luật con cái.

Truyền hình: ống Boob hay cửa sổ nhìn ra thế giới?

Ảnh hưởng đến thái độ và hành vi xã hội

• Hành vi xã hội và thái độ của trẻ con bị ảnh hưởng bởi những gì nó nhìn thấy trên TV. Đứa trẻ thường xem cảnh bạo lực trên truyền hình sẽ gây hấn nhiều hơn trong khi đứa trẻ xem chương trình ủng hộ xã hội trên TV sẽ có kỹ năng xã hội nhiều hơn. Đứa trẻ xem TV thường xuyên có thể chấp nhận quan điểm lệch lạc của TV về phụ nữ, dân tộc thiểu số và người già.

Ảnh hưởng nhận thức

• Chương trình TV nhằm mục đích khuyến khích kỹ năng nhận thức của trẻ con chẳng hạn như *Sesame Street* và *Ghostwriter*, rất hiệu quả. Trẻ con thường xuyên cải thiện kết quả học tập và thường dễ thích nghi trong trường học nhiều hơn.



Tìm hiểu người khác

Mô tả người khác

• Mô tả người khác của đứa trẻ thay đổi giống như mô tả của nó về thay đổi của chính mình. Trong những năm đầu học tiểu học, mô tả nhấn mạnh đặc điểm cụ thể. Trong những năm cuối tiểu học, đứa trẻ nhấn mạnh nét nhân cách. Ở tuổi thanh niên, chú trọng việc đưa ra hình ảnh kết hợp về người khác.

Tìm hiểu người khác suy nghĩ những gì

• Theo thuyết của Selman, tìm hiểu của trẻ con về cách người khác suy nghĩ diễn tiến qua năm giai đoạn. Trong giai đoạn đầu, giai đoạn không phân biệt, đứa trẻ thường nhầm lẫn giữa quan điểm của mình và quan điểm của người khác. Trong giai đoạn sau cùng, giai đoạn xã hội, thanh niên chọn quan điểm của người thứ ba và hiểu rằng quan điểm này chịu ảnh hưởng của bối cảnh.

Thành kiến

• Thành kiến xuất hiện trong những năm trước tuổi đến trường, ngay sau khi đứa trẻ nhận biết các nhóm xã hội khác nhau. Thành kiến giảm trong thời thơ ấu, khi sự phát triển nhận thức của đứa trẻ giúp nó hiểu rằng các nhóm xã hội không đồng nhất chứ không phải là đồng nhất. Tuy nhiên, đứa trẻ lớn tuổi hơn và thanh niên vẫn thể hiện thành kiến, thành kiến giảm nhiều nhất khi có sự tiếp xúc với các cá nhân thuộc các nhóm xã hội khác.

TỪ KHÓA

xã hội hóa

khẳng định uy quyền

time-out

làm bố mẹ độc đoán

làm bố mẹ quyền uy

bố mẹ nuông chiều thoải mái

bố mẹ dửng dưng – không quan tâm

giám hộ chung

gia đình hỗn hợp

bọn

đám đông

hệ thống thứ bậc vượt trội

đứa trẻ được ưa thích

đứa trẻ bị hất hủi

đứa trẻ tranh cãi

đứa trẻ trung bình

đứa trẻ bị bỏ bê

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

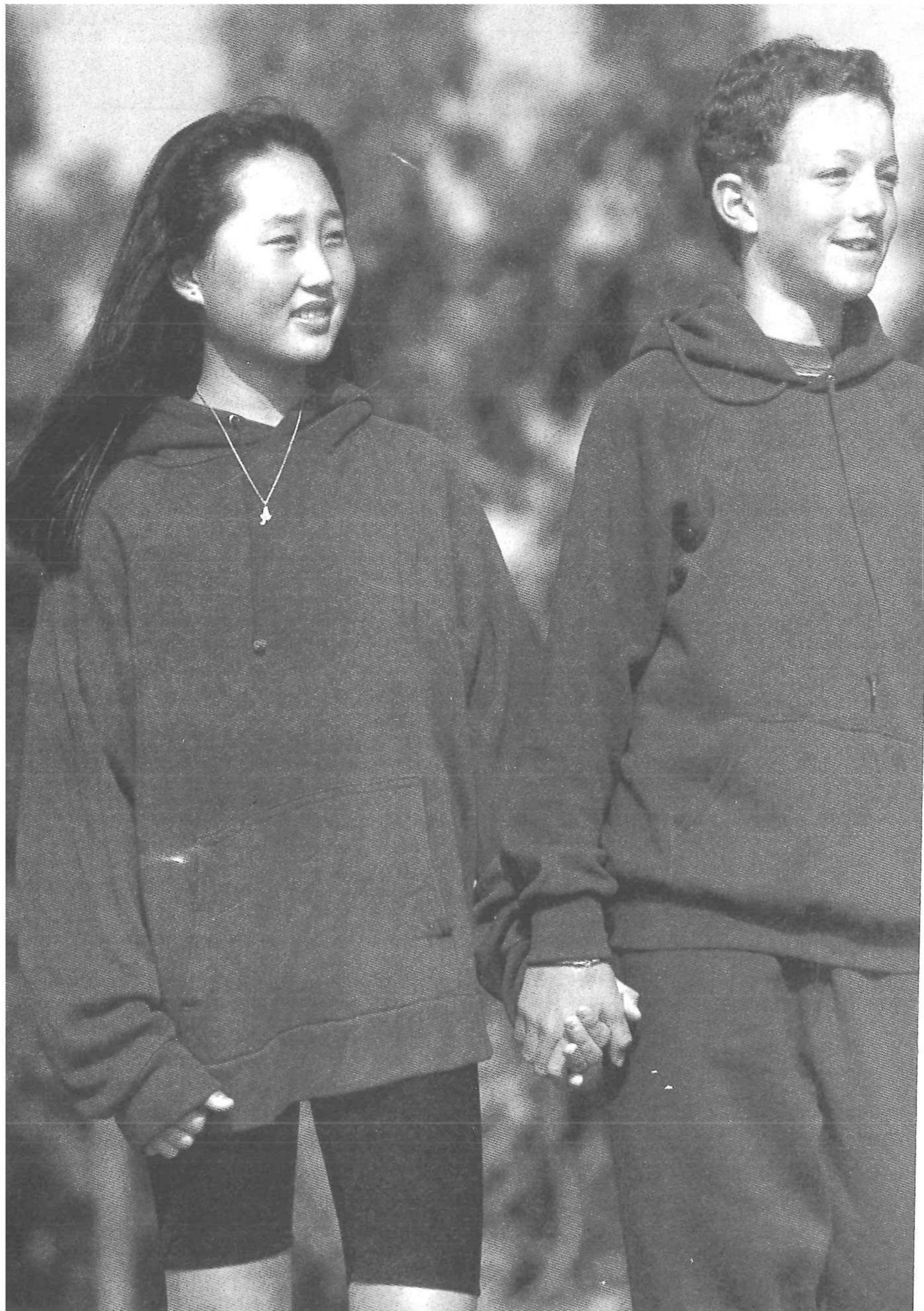
Tài liệu tham khảo

CANTOR, J. (1998). *Mommy, I'm scared: How TV and movies frighten children and what we can do to protect them.* New York: Harvest Books. Tác giả chứng minh một số hậu quả của chương trình và phim ảnh bạo lực ở trẻ, đưa ra một số hướng dẫn liên quan đến độ tuổi về loại nội dung nào sẽ làm trẻ con hoảng sợ và mô tả cách an ủi đứa trẻ bị hoảng sợ. Một nguồn tuyệt hảo dành cho phụ huynh.

DUNN, J. (1993). *Young children's close relationships.* Newbury Park, CA: Sage. Một chuyên gia hàng đầu đưa ra lời trường học dễ hiểu, thú vị về mối quan hệ xã hội của trẻ con.

MATHIAS, B., & FRENCH, M. A. *(1996).40 ways to raise a nonracist child.* New York: HarperCollins. Tác giả đưa ra nhiều cách thích hợp với độ tuổi dạy cho trẻ biết rằng màu sắc không biểu thị giá trị của con người và đề cập các chủ đề thực tế chẳng hạn như cách chọn đồ chơi cho trẻ con và cách trò chuyện với trẻ con lớn tuổi và thanh niên về cách nhận xét về chủng tộc trong phương tiện truyền thông.

McCLANAHAN, S., & SANDEFUR, G. (1996). *Growing up with a single parent: What hurts, what helps.* Cambridge, MA: Harvard University Press. Tác giả mô tả nhiều bất lợi ở trẻ con khi lớn lên trong một gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ. Sau đó tác giả đề nghị các thay đổi trong chính sách của chính phủ để giúp đỡ các gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ. Một phân tích sâu sắc về một vấn đề quan trọng đối với nhiều trẻ con Mỹ.



CHƯƠNG 8

NGHI THỨC CHUYỂN SANG ĐẦU TUỔI THANH NIÊN

Có lẽ bạn vẫn còn nhớ rất rõ những năm mình ở tuổi vị thành niên. Hãy nhớ lại những giờ phút vô cùng phấn khích – tốt nghiệp phổ thông trung học, lãnh lương đầu tiên trong công việc bán thời gian, cảm giác đầu tiên của tình yêu và quan hệ giới tính. Dĩ nhiên, có những thời điểm đau buồn – ngày đầu tiên trong công việc bạn không thể làm việc ra trò, không biết phải nói những gì trong buổi hẹn hò với người mà bạn muốn tạo ấn tượng, và vô số những cuộc tranh luận với bố mẹ. Cảm giác tự hào và thành tựu đi kèm với cảm giác bối rối, lúng túng thường gặp ở những ai đang bước vào ngưỡng cửa tuổi trưởng thành.

Có thể bạn ngạc nhiên khi biết rằng thanh niên là sáng kiến văn hóa gần đây. Phần lớn lịch sử, trẻ con thay đổi trực tiếp sang tuổi trưởng thành khi qua tuổi dậy thì, trẻ con được xem là người đầu tuổi trưởng thành. Trong xã hội công nghiệp hóa ngày nay, sự quá độ từ thời thơ ấu sang tuổi trưởng thành mang tính dần dần, kể cả những năm vị thành niên mà chúng ta thường gọi là thanh niên. Trong những năm này, cá nhân cố gắng điều chỉnh để thích nghi với các thay đổi đang diễn ra trong cơ thể của mình, hiểu được nhân dạng của mình, một số lần đầu tiên bước vào thế giới việc làm, và nhiều người có trải qua kinh nghiệm yêu đương và tình dục đầu tiên. Trong bốn phần đầu, chúng ta khảo sát những vấn đề phát triển đầy thử thách này. Sau đó, chúng ta nghiên cứu những rào cản đặc biệt mà thanh niên phải đối mặt làm cho thanh niên khó giải quyết hơn.

TẠM BIỆT THỜI THƠ ẤU: TUỔI DẬY THÌ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Thay đổi nào xác định tuổi dậy thì? Tuổi dậy thì diễn ra khi nào?**
- **Trưởng thành sớm hoặc muộn có ảnh hưởng gì? Ở bé trai và bé gái ảnh hưởng ấy có như nhau hay không?**
- **Một số nguyên nhân gây ra rối loạn liên quan ăn uống chẳng hạn như bệnh béo phì và chứng cuồng thực là gì?**

PETE vừa ăn sinh nhật lần thứ 15 nhưng với điều kiện mọi người quan tâm đến cậu, nếu không thì không có lý do nào để tổ chức. Mặc dù hầu hết bạn bè cậu đều cao hơn năm trước khoảng 6 inch, dương vật và tinh hoàn to hơn, cơ quan sinh dục mọc lông, Pete trông cũng giống như lúc mình 10 tuổi. Cậu bối rối trước vẻ ngoài của mình, nhất là trong phòng thay quần áo, cậu thấy mình là cậu bé quá nhỏ trong đám đàn ông. Cậu tự hỏi "Mình sẽ không thay đổi nữa sao?"

Lông mọc, vú nổi lên, và sự to lên của dương vật và tinh hoàn là tất cả dấu hiệu cho biết mình không còn bé nữa, mình đã bước sang tuổi thanh niên. Nhiều thanh niên rất hài lòng trước những dấu hiệu trưởng thành này. Số thanh niên khác, như Pete, lo lắng trong suốt những năm ở tuổi vị thành niên khi chờ đợi các dấu hiệu phát triển cơ thể khi ở tuổi thanh niên.

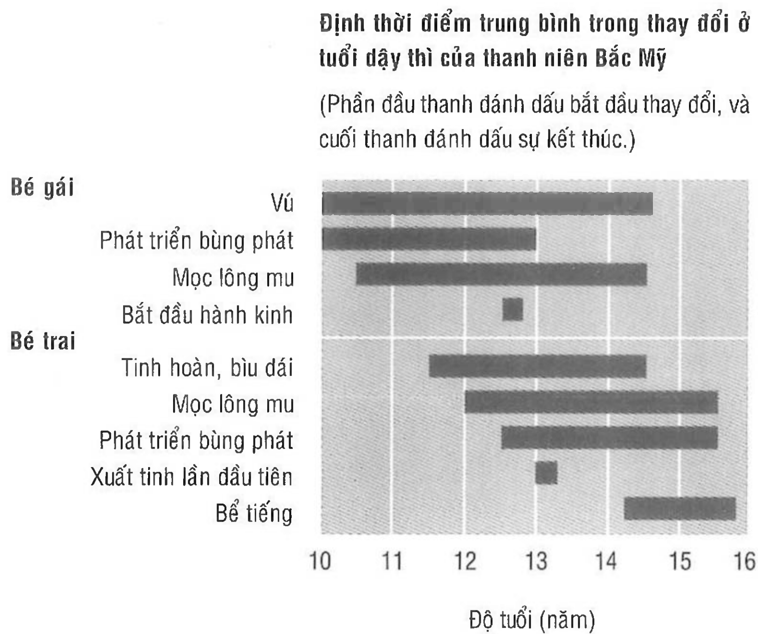
Trong phần này, chúng ta nghiên cứu các dấu hiệu sinh học của tuổi thanh niên và tìm hiểu tại sao một số trẻ con trưởng thành sớm và những đứa khác (như Pete) trưởng thành muộn. Chúng ta cũng khảo sát các rối loạn trong sự phát triển cơ thể ảnh hưởng đến một số thanh niên.

PHÁT TRIỂN CƠ THỂ

Đối với sự phát triển cơ thể, những năm tiểu học tượng trưng cho thời kỳ sóng êm biển lặng trước khi sang cơn bão tố thời thanh niên. Trong một năm trung bình, bé gái hoặc bé trai từ 6 đến 10 tuổi tăng cân khoảng 5 – 7 cân Anh và cao 2 – 3 inch. Trái lại, trong đỉnh điểm phát triển, bé gái 1 năm tăng 20 cân Anh trong khi bé trai tăng đến 25 cân Anh (Tanner, 1970). Sự phát triển bùng phát trong tuổi thanh niên này kéo dài một vài năm đến mức bé gái thường đạt bằng chiều cao thể tạng trưởng thành của mình khi 15 tuổi và bé trai là 17 tuổi.

Sự phát triển bùng phát là một trong một tập hợp các thay đổi cơ thể diễn ra vào đầu tuổi thanh niên gọi là tuổi dậy thì. Những thay đổi này và thay đổi thường diễn ra khi nào được thể hiện trong biểu đồ (trang 325). Ở bé gái, tuổi dậy thì bắt đầu bằng sự phát triển ngực và khởi đầu cho sự phát triển bùng phát. *Sau đó, bắt đầu mọc lông mu, tiếp theo sau là* bắt đầu hành kinh, *thường ở tuổi khoảng 13.* Chu kỳ kinh nguyệt sớm có thể không đều và thường xảy ra nhưng không rụng trứng.

Đối với bé trai, tuổi dậy thì thường bắt đầu bằng sự phát triển tinh hoàn và bìu



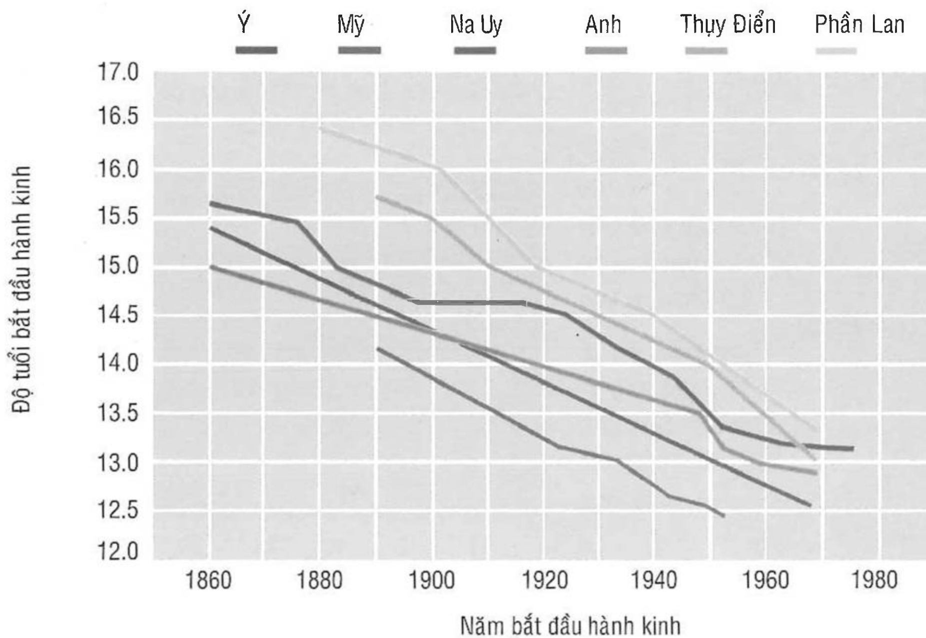
Malina & Bouchard, 1991.

dái, tiếp đến mọc lông mu, bắt đầu sự phát triển bùng phát, và sự phát triển của dương vật. Khoảng một năm sau, ở độ tuổi 13, hầu hết bé trai có hiện tượng xuất tinh đầu tiên, sự bắn ra tinh dịch có chứa tinh trùng. Ban đầu, sự xuất tinh thường chỉ có tương đối ít tinh trùng, nhiều tháng hoặc thậm chí cả năm sau mới đủ số lượng tinh trùng để làm trứng thụ thai. Sau cùng, khi 14 tuổi, thanh quản to ra, dây thanh âm dài hơn làm cho giọng nói của bé trai trầm xuống.

Những dấu hiệu trưởng thành cơ thể này được khởi đầu lượng nội tiết tố đang thay đổi trong cơ thể đứa trẻ. Sự phát triển cơ, xương, dẫn đến sự phát triển vóc dáng nói chung, được kích thích bằng hai nội tiết tố: thyroxine và nội tiết tố tăng trưởng. Cả hai như thế này được tiết ra trong suốt thời thơ ấu, nhưng tiết ở số lượng nhiều hơn vào trước và trong tuổi dậy thì. Ngoài ra, không tuổi dậy thì đang đến gần, thì nội tiết tố giới tính được tiết ra gợi ra nhiều sự kiện dẫn đến sự trưởng thành giới tính. Ở bé gái, buồng trứng tiết ra nhiều kích tố động dục hơn, dẫn đến sự bắt đầu hành kinh, ngực phát triển và mọc lông mu. Ở bé trai, tinh hoàn tiết nhiều kích tố tính đực hơn, làm cho tinh hoàn to hơn và dẫn đến sự phát triển cơ, xương và mọc lông mu (Tanner, 1990).

Trẻ con ngày nay bước vào tuổi dậy thì sớm hơn, khi trưởng thành, cao hơn và nặng hơn các thế hệ trước. *Những thay đổi trong sự phát triển cơ thể này từ thế hệ này sang thế hệ khác được gọi là* xu hướng phát triển đời thường, *và xu hướng này rất lớn.* Chẳng hạn, chiều cao trung bình của một thủy thủ Mỹ trong Chiến tranh năm 1812 là 5 feet, 2 inch. Biểu đồ (trang 326) thể hiện độ tuổi bé gái Mỹ bắt đầu hành kinh đã sớm hơn 1 năm rưỡi từ đầu thế kỷ 20.

Sự phát triển tăng tốc này chủ yếu diễn ra trong các xã hội công nghiệp nơi chăm sóc y tế và chế độ ăn uống được cải thiện cơ bản. Ở nhiều nước thuộc Thế giới thứ ba, điều kiện sống của trẻ con chưa được cải thiện, vóc dáng của đứa trẻ khi trưởng thành vẫn không đổi (Martorell, Mendoza, & Castillo, 1988). Cũng có hạn chế trong tác động của điều kiện sống cải thiện đối



với sự phát triển. Ở các nước cung cấp chăm sóc y tế và chế độ dinh dưỡng thích hợp cho trẻ con, thì số trẻ con trong các thế hệ gần đây phát triển to cao hơn các thế hệ trước (Roche, 1979; Tanner, 1990).

Những chứng cứ này trông có vẻ chứng minh sức mạnh kết hợp của di truyền và kinh nghiệm phát triển cơ thể. Di truyền học rõ ràng quyết định vóc dáng đích. Về mặt lịch sử, một vài người nhận được đủ chế độ dinh dưỡng và chăm sóc y tế trong suốt thời thơ ấu để đạt đến đích này. Chỉ trong thế kỷ vừa qua các nước công nghiệp cung cấp chế độ dinh dưỡng và chăm sóc y tế thích hợp, điều này giải thích tại sao vóc dáng khi đứa trẻ trưởng thành tăng hơn rất nhiều và ở những nước này vẫn đang tiếp tục tăng (Tanner, 1990).

Mức độ trưởng thành

Dĩ nhiên, tuổi dậy thì không phải lúc nào cũng bắt đầu ở độ tuổi 11 đối với bé gái và độ tuổi 13 đối với bé trai. Đối với nhiều đứa trẻ, tuổi dậy thì bắt đầu trước hoặc sau chuẩn mực này cả tháng hoặc cả năm. Bé trai trưởng thành sớm có thể bắt đầu dậy thì ở tuổi 11 hoặc 12, trong khi bé trai trưởng thành muộn bắt đầu ở tuổi 15 hoặc 16. Bé gái trưởng thành sớm có thể bắt đầu dậy thì ở tuổi 9 hoặc 10, bé gái trưởng thành muộn, ở tuổi 14 hoặc 15. Chẳng hạn, hai bé gái trong ảnh chụp có tuổi bằng nhau nhưng chỉ một bé đang ở tuổi dậy thì.



Việc định thời điểm trưởng thành một phần do Di truyền học điều tiết. Chẳng hạn, độ tuổi bắt đầu hành kinh của mẹ liên quan với độ tuổi bắt đầu hành kinh của con gái mình (Graber, Brooks-Gunn, & Warren, 1995). Tuy nhiên, kinh nghiệm cũng ảnh hưởng đến sự bắt đầu tuổi dậy thì, ít nhất đối với bé gái. Bắt đầu hành kinh diễn ra ở độ tuổi nhỏ hơn ở số bé gái chứng kiến nhiều xung đột trong gia đình (Belsky, Steinberg, & Draper, 1991; Moffit và người khác, 1992). Ngoài ra, bé gái bị trầm cảm bắt đầu hành kinh sớm hơn bé gái không bị trầm cảm (Graber và người khác, 1995). Mâu thuẫn gia đình và trầm cảm có thể dẫn đến sự bắt đầu hành kinh sớm hơn bằng cách tác động đến lượng nội tiết tố kích thích sự hành kinh (Graber và người khác, 1995).

Hậu quả tâm lý của việc trưởng thành sớm hoặc muộn khác nhau đối với bé trai và bé gái. Trong một số nghiên cứu theo chiều dọc, mẫu chung là sự trưởng thành sớm có lợi cho bé trai, và bé gái thường phải trả giá cho sự trưởng thành sớm này. Bé trai trưởng thành sớm thường độc lập, tự tin nhiều hơn. Bé trai cũng được bạn đồng tuổi ưa thích hơn. Trái lại, bé gái trưởng thành sớm thường thiếu tự tin, ít được bạn đồng tuổi ưa thích và có nhiều khả năng bị trầm cảm hơn, thường có các rối loạn hành vi nhiều hơn (Ge, Conger, & Elder, 1996; Simmons & Blyth, 1987; Swarr & Richards, 1996).

Tại sao mức độ trưởng thành lại có những kết quả này? Sự trưởng thành sớm làm cho bé trai có lợi vì người khác xem số bé trai này như người trưởng thành và sẵn sàng giao phó trách nhiệm giống như người lớn hơn. Trái lại, bé trai trưởng thành muộn, như Pete trong phần minh họa, thường thất vọng vì người khác xem mình giống như con nít thay vì thanh niên. Sự trưởng thành sớm cản trở sự phát triển của bé gái bằng cách hướng bé gái làm quen, kết bạn với số thanh niên lớn tuổi hơn, số thanh niên này rõ ràng khuyến khích bé gái trưởng thành sớm tham gia các hoạt động không phù hợp với độ tuổi như uống rượu, hút thuốc, và hoạt động giới tính, mà các bé chưa được chuẩn bị kỹ đối với các hoạt động này (Ge và người khác, 1996).

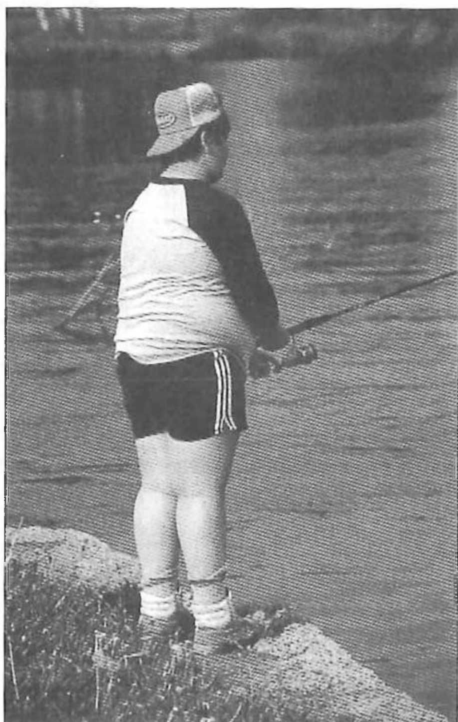
Đầu tuổi trưởng thành, phần lớn tác động đi kèm với mức độ trưởng thành biến mất. Chẳng hạn, khi Pete sau cùng cũng trưởng thành thì người khác đối xử với cậu ta như một người lớn và một vài năm cộng thêm của việc bị đối xử giống như con nít sẽ không có ảnh hưởng kéo dài. Tuy nhiên, đối với một số thanh niên, nhất là bé gái trưởng thành sớm, mức độ trưởng thành có thể có ảnh hưởng kéo dài. Bé gái trưởng thành sớm, bị thúc ép tham gia hoạt động giới tính, khi có mang sẽ dẫn đến một cuộc đời hoàn toàn khác hẳn với bé gái trưởng thành muộn và được chuẩn bị tốt hơn để chống lại áp lực hoạt động giới tính. Vì thế, mức độ trưởng thành đôi khi dẫn đến các sự kiện quyết định con đường đời còn lại.

RỐI LOẠN ĂN UỐNG

Sự phát triển đòi hỏi phải dự trữ năng lượng khổng lồ, và nhiều phụ huynh lo rằng con mình ăn uống không đủ sức. Tuy nhiên, đồng thời, một số trẻ con trở nên béo hơn và một số thanh niên cảm thấy khó chịu khi mình bị ám ảnh bởi cân nặng. Chúng ta hãy khảo sát từng vấn đề trong số này.

Bệnh béo phì

Ở Mỹ, khoảng 5 – 10% trẻ và thanh niên bị bệnh béo phì, có nghĩa là trọng lượng ít nhất nặng hơn 20% trọng lượng cơ thể lý tưởng của độ tuổi và chiều cao. Như bé trai trong ảnh (trang 328), trẻ con bị bệnh béo phì thường không được bạn đồng tuổi ưa thích và có thái độ tự trọng thấp (Braet, Mervielde, & Vandereycken, 1997). Những đứa trẻ và thanh niên này



thường không thích các trò chơi vận động cơ thể sau giờ tan trường, tương đối ít bạn hơn và hoàn toàn không vui về số phận của mình trong cuộc sống. Ngoài ra, họ còn có nguy cơ mắc nhiều chứng bệnh khác như cao huyết áp và tiểu đường, làm cho tất cả chứng bệnh đều có khả năng xảy ra hơn vì đa số trẻ con và thanh niên thừa cân thường trở thành người lớn thừa cân (Serdula và người khác, 1993).

Di truyền đóng vai trò quan trọng trong bệnh béo phì ở thiếu niên. Chẳng hạn, trọng lượng của trẻ con và thanh niên làm con nuôi liên quan với trọng lượng của bố mẹ đẻ chứ không phải với trọng lượng của bố mẹ nuôi (Stunkard và người khác, 1990). Gien có thể ảnh hưởng đến bệnh béo phì bằng cách xác định mức độ hoạt động của một người. Một số thanh niên có gien thích ù lì, kém hoạt động, làm cho họ khó đốt số calo và dễ tăng cân. *Di truyền cũng giúp ấn định* mức độ chuyển hóa cơ bản *là tốc độ cơ thể tiêu thụ calo.* Trẻ con và thanh niên có mức độ chuyển hóa cơ bản chậm hơn thì đốt số calo chậm hơn, làm cho họ dễ tăng cân hơn (Epstein & Cluss, 1986).

Môi trường cũng ảnh hưởng. Quảng cáo trên truyền hình chẳng hạn khuyến khích người ta ăn thức ăn đầy hương vị nhưng nhiều chất béo. Bố mẹ cũng đóng vai trò quan trọng. Bố mẹ vô tình khuyến khích bệnh béo phì bằng cách thay đổi sự kiểm soát ăn uống từ dấu hiệu bên trong sang dấu hiệu bên ngoài. Trẻ con ăn chủ yếu là vì dấu hiệu bên trong: trẻ con ăn khi cảm thấy đói và không ăn nữa khi bắt đầu cảm thấy no. Trong những năm trước tuổi đến trường, sự kiểm soát ăn uống bên trong này dần được thay thế bằng sự dựa vào tín hiệu bên ngoài. Sau khi đi học về hoặc trong lúc xem TV, trẻ con và thanh niên ăn kẹo theo thói quen chứ không phải vì đói. Bố mẹ thúc giục con phải ăn "cho hết" cho dù nó đã no, khuyến khích con trẻ không để ý đến gợi ý ăn bên trong nữa. Trẻ con và thanh niên béo phì có thể ăn quá nhiều vì họ chỉ dựa vào những gợi ý bên ngoài như thế, bất chấp dấu hiệu bên trong bảo đừng ăn nữa (Birch, 1991).

Thanh niên béo phì có thể giảm cân. Các chương trình hiệu quả nhất có chung một số đặc điểm (Epstein và người khác, 1995; Foreyt & Goodrick, 1995; Israel và người khác, 1994):

- Tiêu điểm của chương trình là phải thay đổi thói quen ăn uống của trẻ con béo phì, khuyến khích chúng hoạt động nhiều hơn nữa, giảm bớt hành vi ngồi yên một chỗ.
- Như một phần trong điều trị, đứa trẻ học cách giám sát hành vi ăn uống, tập thể dục và ngồi yên một chỗ. Trong từng lĩnh vực phải ấn định mục tiêu và phần thưởng nhận được khi mục tiêu được đáp ứng.
- Bố mẹ được hướng dẫn giúp con ấn định mục tiêu thực tế và sử dụng các nguyên tắc hành vi để hỗ trợ con đáp ứng những mục tiêu này. Bố mẹ cũng

được khuyến khích giám sát cách sống của chính mình để chắc chắn rằng họ không vô tình góp phần vào sự béo phì của con cái.

Khi chương trình kết hợp những đặc điểm khác nhau này, trẻ con béo phì giảm cân thấy rõ. Tuy nhiên, thậm chí sau khi giảm cân, phần lớn số đứa trẻ này vẫn còn thừa cân. Tốt nhất là nên tạo ra thói quen ăn uống phù hợp và tập thể dục để tránh bệnh béo phì tái diễn.

Chứng chán ăn và chứng cuồng thực

Tracey Gold, một nữ diễn viên trong chương trình TV *Growing Pains,* rời sàn diễn vào đầu thập niên 1990. Sau khi thực hiện chế độ ăn uống cưỡng bách, cô teo lại chỉ còn 90 cân Anh phải nhập viện (Sporkin, Wagner, & Tomashoff, 1992). Tracey bị rối loạn ăn uống. Chán ăn thần kinh *là một rối loạn mang đặc điểm luôn từ chối không ăn và sợ thừa cân đến mức phi lý*. Cá nhân bị bệnh chán ăn thần kinh thường có hình ảnh méo mó về cơ thể của chính mình. Như cô bé trong ảnh, cứ cho rằng mình thừa cân trong khi thực tế người cô gầy đét (Wilson, Heffernan, & Black, 1996).



Một rối loạn ăn uống liên quan là cuồng thực thần kinh. *Cá nhân bị* cuồng thực thần kinh *cứ luôn ăn uống chè chén quá mức – giai đoạn ăn không thể kiểm soát – và tự sổ ruột bằng cách dùng thuốc nhuận trường hoặc tự mình làm cho nôn mửa.* Tần số ăn uống chè chén quá mức khác nhau đáng kể ở những người bị cuồng thực thần kinh. Một số chè chén vài lần trong tuần, số khác mỗi tuần chè chén hơn 30 lần! Tất cả đều giống nhau ở điểm họ cảm thấy không thể nào nhịn được (Mizes, 1995).

Chán ăn và cuồng thực giống nhau trong nhiều khía cạnh. Tracey Gold, sau cùng trở lại nghề diễn viên nhưng vẫn chán ăn, là điển hình cho rối loạn ăn uống chủ yếu ảnh hưởng đến phái nữ. Con gái dễ bị ảnh hưởng hơn con trai gấp 10 lần (Wilson và người khác, 1996). Cả hai rối loạn xuất hiện ở thanh niên thường ở bé gái được đối xử tốt và sinh viên chăm học (Attie, Brooks-Gunn, & Petersen, 1990). Nếu không điều trị, cả hai rối loạn có thể dẫn đến tử vong. Tại sao thanh niên – ít nhất nhìn bề ngoài – trông có vẻ là những người lý tưởng thường phải chè chén quá mức hoặc ăn uống kiêng khem và sổ ruột? Phần Tác động hiện hành có câu trả lời.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy mô tả bệnh béo phì, chứng chán ăn và chứng cuồng thực tượng trưng ảnh hưởng không qui phạm đối với sự phát triển theo định nghĩa trong Chương 1. Bạn có thể dẫn chứng chứng chán ăn và chứng cuồng thực cũng minh họa ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử đối với sự phát triển hay không?

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: ĐIỀU GÌ GÂY RA CHỨNG CUỒNG THỰC VÀ CHÁN ĂN?



Tất cả tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội đều góp phần vào rối loạn ăn uống. Ở nhiều nền văn hóa công nghiệp, cơ thể lý tưởng của phái nữ phải là cao ráo, mảnh mai. Những tiêu chuẩn văn hóa này đặc biệt nổi bật trong tuổi thanh niên, khi các cô gái thường có cảm giác "bùng phát mập" khi tăng khoảng 25 cân Anh. Mặc dù mẫu này là bình thường nhưng một số cô tự cho mình là thừa cân và bắt đầu ăn kiêng. Đối mặt với một nền văn hóa chỉ đề cao vóc dáng ốm (tác động văn hóa xã hội) và sự thay đổi trong cơ thể (tác động sinh học), thanh nữ thường nghĩ rằng mình béo (tác động tâm lý) và cố làm giảm cân.

Các yếu tố của khuôn khổ tâm sinh học xã hội khuyến khích rối loạn ăn uống theo cách khác. Động lực gia đình – bao gồm tác động tâm lý và văn hóa xã hội – cũng rất quan trọng. Rối loạn ăn uống có nhiều khả năng xảy ra ở bố mẹ độc đoán luôn kiềm chế, kiểm soát con gái mình. Khi con bước vào tuổi thanh niên và muốn có sự tự quản nhiều hơn, thì họ nghĩ rằng trọng lượng của mình là điều gì đó mình có khả năng kiểm soát được. Trong khi ăn kiêng hoặc chè chén quá mức, họ đang khẳng định sự tự quản ấy (Swarr & Richards, 1996).

Sự chú trọng văn hóa về tính mảnh mai và cuộc sống gia đình khuôn phép góp phần vào rối loạn ăn uống nhưng cũng có một yếu tố Sinh học. Nghiên cứu trẻ song sinh và gia đình nêu rõ tố chất di truyền của chứng chán ăn và cuồng thực, có lẽ trong hình thức nhân cách thường cứng nhắc, lo âu (Strober, 1995).

Tóm tắt tất cả những tác động này, ai là người dễ bị rối loạn ăn uống nhất? Rối loạn có nhiều khả năng thường ở bé gái thừa hưởng tố chất (tác động Sinh học), luôn bị lý tưởng mảnh mai, thon gầy của nền văn hóa ám ảnh (tác động tâm lý), và có bố mẹ luôn kiểm soát, kiềm chế (tác động văn hóa xã hội).

Mong muốn có sự độc lập và tự quản với bố mẹ không phải là điều đặc biệt thấy ở thanh niên bị rối loạn ăn uống. Tất cả thanh niên đều gặp vấn đề này, như bạn sẽ thấy trong phần kế tiếp.

TỰ KIỂM TRA

1. Sự phát triển bùng phát ở tuổi dậy thì thường bắt đầu khoảng 11 tuổi ở bé gái và ______ ở bé trai.
2. Sự bắt đầu tuổi dậy thì ở bé gái được đánh dấu bằng ngực phát triển và ở bé trai bằng ______.
3. Ở các nước trẻ con nhận được ______, trẻ con trong các thế hệ gần đây thường cao to hơn trẻ thuộc các thế hệ trước.
4. Trưởng thành sớm thường có lợi ít nhất trong nhất thời vì ______.
5. Bố mẹ có thể vô tình góp phần vào bệnh béo phì bằng ______.
6. Con gái có nhiều khả năng bị rối loạn ăn uống chẳng hạn chứng chán ăn và chứng cuồng thực hơn khi bố mẹ ______.
7. So sánh hậu quả của trưởng thành sớm ở bé trai và bé gái.

Trả lời: (1) 13, (2) sự phát triển tinh hoàn và bìu dái, (3) chăm sóc y tế và chế độ dinh dưỡng phù hợp, (4) bé trai, (5) khuyến khích con phát lộ gợi ý đói bên trong và chỉ dựa vào gợi ý bên ngoài, (6) độc đoán, kiểm soát con cái gắt gao.

TÔI LÀ AI? TÌM KIẾM NHẬN DẠNG

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ vị thành niên có được nhận dạng độc đáo ra sao?**
- **Trẻ vị thành niên có được nhận dạng dân tộc ra sao?**
- **Trẻ vị thành niên có phải sống trong giai đoạn căng thẳng và bão tố hay không?**

SINH *ra ở Seoul, bố mẹ là người Hàn Quốc, Dea được một cặp vợ chồng người Hà Lan ở Michigan nhận làm con nuôi khi bé được 3 tháng tuổi. Khi lớn cô tự xem mình là "người Mỹ chính gốc". Tuy nhiên, trong đại học, Dea thấy người khác xem mình là người Mỹ gốc Á, một nhận dạng mà cô không hề nghĩ đến. Cô bắt đầu tự hỏi, "Thực ra mình là ai? Có phải là người Mỹ? Người Mỹ gốc Hà Lan? Hay người Mỹ gốc Á?"*

Giống như Dea, đôi khi bạn tự hỏi mình là ai? *Trả lời câu "Tôi là ai?" phản ánh* khái niệm về cái tôi *của một người, ám chỉ thái độ, hành vi và giá trị mà một người nghĩ rằng làm cho họ trở thành một cá nhân độc đáo.* Như chúng ta biết được trong chương 6, khi trẻ con bước vào tuổi vị thành niên, thì suy nghĩ của nó không còn hạn chế ở sự vật cụ thể, ngay đây, vào lúc này nữa. Thay vào đó, hoạt động chính thức cung cấp cho trẻ khả năng lập luận trừu tượng và giả thuyết. Vì những tiến bộ này, trẻ con ở tuổi dậy thì tự mô tả mình theo nghĩa trừu tượng, tâm lý và xã hội ngày càng tăng. Tính phức tạp của ý thức cái tôi đang xuất hiện ở tuổi dậy thì hoặc nhận dạng biểu hiện rõ trong câu trả lời "Tôi là ai?" của một bé gái vị thành niên.

> Mình nhạy cảm, thân thiện, vui vẻ và thân mật, được bạn đồng tuổi ưa thích, hòa đồng, mặc dù mình cũng thẹn thùng, ngượng ngập và thậm chí khó chịu nữa! Mình thích lúc nào cũng thân thiện và hòa đồng. Đó là loại người mình muốn trở thành, và mình thất vọng khi không được như thế. Mình có trách nhiệm, đôi khi rất siêng năng nhưng mặt khác, mình cũng lười, vì nếu bạn quá siêng năng thì người khác không ưa thích bạn (Harter, 1990, trang 352).

Loại phản ánh cái tôi này thường gặp khi trẻ vị thành niên tìm kiếm nhận dạng kết hợp nhiều yếu tố của cái tôi khác nhau và đôi khi mâu thuẫn (Marcia, 1991). Trong phần này chúng ta sẽ tìm hiểu cách trẻ vị thành niên có được nhận dạng ra sao và một số trẻ vị thành niên như Dea có được nhận dạng dân tộc.

NHẬN DẠNG SO VỚI NHẦM LẪN VAI TRÒ

Giải thích hình thành nhận dạng của Erik Erikson (1968) đặc biệt ảnh hưởng đến hiểu biết của chúng ta về trẻ vị thành niên. Lúc này thuyết của Erikson cũng có giải thích tương tự, vì chúng ta đã đề cập trong Chương 1 và 5. Erikson đưa ra 8 giai đoạn phát triển, mỗi giai đoạn cấu thành một thử thách phát triển độc đáo. Đối với trẻ vị thành niên, khủng hoảng giữa nhận dạng và nhầm lẫn vai trò. Khi trẻ vị thành niên gần đến tuổi trưởng thành, chúng

phấn đấu để có được nhận dạng cho phép mình trở thành một bộ phận trong thế giới người lớn. Khủng hoảng này bao gồm việc cân đối mong muốn thử nhiều cái tôi có thể và nhu cầu chọn ra một cái tôi duy nhất.

Trẻ vị thành niên có ý thức nhận dạng được chuẩn bị tốt để đối mặt với thử thách phát triển kế tiếp – hình thành mối quan hệ thân mật, chia sẻ với người khác. Tuy nhiên, Erikson nghĩ rằng trẻ vị thành niên nhầm lẫn về nhận dạng của mình sẽ không bao giờ có cảm giác thân mật trong mối quan hệ bất kỳ ở con người. Thay vào đó, trong suốt cuộc đời, số trẻ vị thành niên này sống cô lập và phản ứng với người khác theo suy nghĩ rập khuôn.

Trẻ vị thành niên có được nhận dạng ra sao? Họ cố ý thử nghiệm nhiều cái tôi khác nhau để tìm hiểu nhiều hơn về các nhận dạng có thể (Nurmi, Poole, & Kalakoski, 1996). Phần lớn kiểm tra này là định hướng nghề nghiệp. Một số trẻ vị thành niên tưởng tượng mình là vận động viên chuyên nghiệp, nhân viên Tổ chức hòa bình xanh, hoặc tiểu thuyết gia có tiểu thuyết bán chạy nhất. Số trẻ vị thành niên khác như trong ảnh, tưởng tượng mình là ngôi sao nhạc rock. Kiểm tra khác định hướng tình cảm lãng mạn. Một số trẻ vị thành niên bắt đầu yêu và tưởng tượng chuyện chung sống độc lập với người mình yêu. Vẫn còn một số trẻ vị thành niên khác tìm hiểu niềm tin chính trị và tôn giáo (King, Elder, & Whitbeck, 1997; Yates & Youniss, 1996).



Chúng ta tập trung vào khía cạnh nghề nghiệp và tình yêu lãng mạn trong nhận dạng vào cuối chương này. Lúc này điểm quan trọng là trẻ vị thành niên thường tạo ra nhận dạng khác nhau để thử nghiệm cũng giống như bạn lái thử nhiều chiếc xe rồi mới chọn ra một. Bằng cách tưởng tượng về tương lai, trẻ vị thành niên bắt đầu tìm hiểu mình là ai.

Sự tự tiếp thu đánh dấu sự tìm kiếm nhận dạng ở trẻ vị thành niên thường gọi là tính tự đề cao ở trẻ vị thành niên (Elkind, 1978). Không như trẻ con trước tuổi đến trường, nhiều trẻ vị thành niên suy nghĩ một cách sai lầm rằng mình là tâm điểm chú ý của người khác. Một trẻ vị thành niên làm đổ nước sốt vào người trong khi ăn trưa có thể tưởng tượng rằng bạn mình đang nghĩ đó là vết máu dính trên áo. *Suy nghĩ của nhiều trẻ vị thành niên cho rằng mình là diễn viên diễn cho nhiều bạn đồng tuổi xem – một hiện tượng gọi là* khán giả tưởng tượng.

Một đặc điểm liên quan của sự tự tiếp thu ở trẻ vị thành niên là bịa đặt cá nhân, *là khuynh hướng ở trẻ vị thành niên cho rằng kinh nghiệm và suy nghĩ của mình là độc đáo, không ai có cảm giác hoặc suy nghĩ như mình.* Cho dù đó là sự phấn khích của tình yêu đầu đời, sự thất vọng của mối quan hệ bị gãy vỡ, hoặc sự nhầm lẫn trong hoạch định tương lai đi nữa thì trẻ vị thành niên thường nghĩ rằng mình là người đầu tiên trải qua những suy nghĩ này và không ai khác có thể hiểu được khả năng cảm xúc của mình (Elkind & Bowen, 1979).

Đối với hầu hết trẻ vị thành niên, tính tự đề cao ở trẻ vị thành niên, khán giả tưởng tượng, và bịa đặt cá nhân ít quan trọng hơn khi họ chuyển qua đầu tuổi trưởng thành, phản ánh sự tiến bộ của họ hướng đến việc nhận dạng. Chúng ta hãy khảo sát quá trình này tỉ mỉ hơn.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Mặc dù thuyết của Piaget không đề cập đến sự hình thành nhận dạng, nhưng thuyết của ông giải thích tại sao nhận dạng là tâm điểm ở trẻ vị thành niên ra sao?

GIẢI QUYẾT KHỦNG HOẢNG NHẬN DẠNG

Khi trẻ vị thành niên phấn đấu có được một nhận dạng, thường trải qua nhiều phân đoạn hoặc tình trạng khác nhau. 4 tình trạng nhận dạng khác nhau thường gặp là (Marcia, 1980, 1991):

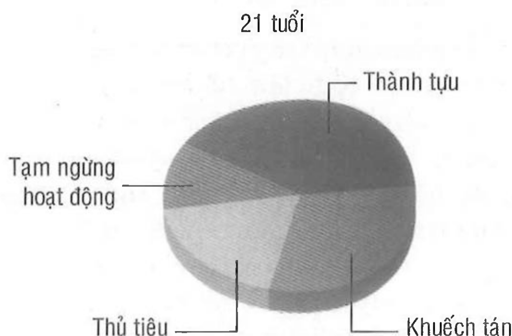
- Thành tựu – *cá nhân tìm hiểu các biện pháp thay thế và cân nhắc chọn ra một nhận dạng cụ thể.*
- Tạm ngừng hoạt động – *cá nhân vẫn còn nghiên cứu các biện pháp thay thế khác nhau và tìm thấy một nhận dạng vừa ý.*
- Thủ tiêu – *cá nhân được phần lớn người lớn xác định nhận dạng của mình hơn là được xác định từ sự tìm kiếm các biện pháp thay thế của cá nhân.*
- Khuếch tán – *cá nhân nhầm lẫn hoặc bị công việc có được nhận dạng áp đảo và ít cố gắng để có được một nhận dạng.*

Vào đầu tuổi dậy thì, khuếch tán và thủ tiêu là tình trạng thường gặp nhất. Yếu tố chung trong những tình trạng này là trẻ vị thành niên không tìm kiếm các nhận dạng thay thế. Trẻ con tránh khủng hoảng và giải quyết bằng cách chọn một nhận dạng theo sự gợi ý của bố mẹ hoặc người lớn khác. Tuy nhiên, khi cá nhân qua khỏi vị thành niên và bước vào đầu tuổi trưởng thành thì trẻ vị thành niên có nhiều cơ hội tìm kiếm các nhận dạng thay thế hơn, vì thế sự khuếch tán và thủ tiêu ít gặp hơn. Đồng thời, biểu đồ bên dưới cho thấy thành tựu và tạm ngừng hoạt động trở nên phổ biến hơn (Meilman, 1979).

Như chúng ta đã nêu, nhận dạng có nhiều khía cạnh nhỏ khác nhau, bao gồm nghề nghiệp, tôn giáo và chính trị. Thông thường, trẻ vị thành niên có được tình trạng thành tựu đối với tất cả khía cạnh nhận dạng cùng lúc (Dellas & Jernigan, 1990; Kroger & Green, 1996). Một số trẻ vị thành niên có được tình trạng thành tựu đối với nghề nghiệp trước khi có được thành tựu đối với tôn giáo và chính trị. Số thanh niên khác có được tình trạng tôn giáo trước các lĩnh vực khác. Rõ ràng, một vài thanh niên đột nhiên có được ý thức nhận dạng, thay vì trước tiên giải quyết khủng hoảng nhận dạng trong một số lĩnh vực rồi sau đó trong các lĩnh vực khác.

Khi có được tình trạng thành tựu, giai đoạn thử nghiệm tích cực chấm dứt, cá nhân có ý thức cái tôi được xác định rõ. Tuy nhiên, qua một quãng đời, sự nhận dạng của cá nhân đôi khi hoạt động trở lại để







đáp ứng với các thử thách trong cuộc sống và tình huống mới. Do đó, cá nhân có thể trở lại tình trạng tạm ngừng hoạt động trong một thời gian, sau đó tái xuất hiện với một nhận dạng đã thay đổi. Thật ra, cá nhân có thể trải qua những thay đổi này nhiều lần, tạo ra các chu kỳ "MAMA" trong đó họ luân phiên giữa tình trạng tạm ngừng hoạt động (moratorium) và có được (achievement) khi tìm kiếm các biện pháp thay thế mới để phản ứng với khủng hoảng cá nhân và gia đình (Marcia, 1991). Chẳng hạn, người đàn ông như trong ảnh chụp đã đặt nghề nghiệp lên trên hết nhưng anh ta lại thất nghiệp nên anh ta có thể sắp xếp lại cuộc sống của mình bên gia đình và trở thành người chăm sóc con chính.

Tình huống nào giúp trẻ vị thành niên có được nhận dạng? Kiểu làm bố mẹ được mô tả trong chương 7 đóng vai trò quan trọng (Marcia, 1980). Kiểu bố mẹ quyền uy, trong đó bố mẹ khuyến khích thảo luận và thừa nhận tính tự quản của con, đi kèm với tình trạng thành tựu. Kiểu bố mẹ này rõ ràng khuyến khích trẻ vị thành niên tiến hành thử nghiệm cá nhân dẫn đến việc có được một nhận dạng. Trái lại, bố mẹ độc đoán, trong đó bố mẹ đặt ra qui định ít có lý do biện minh và củng cố qui định không có một lời giải thích, đi kèm với tình trạng thủ tiêu. Những trẻ vị thành niên này không được khuyến khích thử nghiệm cá nhân, thay vào đó, bố mẹ hoàn toàn nói cho trẻ biết phải chấp nhận nhận dạng nào. Sau cùng, kiểu bố mẹ nuông chiều thoải mái, trong đó bố mẹ chỉ có một vài yêu cầu đối với con, đi kèm với tình trạng khuếch tán. Kết quả này phù hợp với mẫu chung: Con của bố mẹ nuông chiều thoải mái thường ít trưởng thành về mặt xã hội hơn bạn đồng tuổi. Nói chung, trẻ vị thành niên có nhiều khả năng hình thành một nhận dạng được xác định rõ trong một bầu không khí gia đình nơi bố mẹ khuyến khích con tự mình tìm kiếm các biện pháp thay thế nhưng không ép buộc hoặc ra lệnh dứt khoát (Harter, 1990).

NHẬN DẠNG DÂN TỘC

Chỉ khoảng 1/3 trẻ vị thành niên và những người đầu tuổi trưởng thành sống ở Mỹ là thành viên của các nhóm dân tộc thiểu số, bao gồm người Mỹ gốc Phi, người Mỹ gốc Á, người Mỹ gốc Tây Ban Nha, và người Mỹ bản địa. Những cá nhân này thường phát triển một nhận dạng dân tộc: họ cảm thấy mình là một bộ phận trong nhóm dân tộc của mình và tìm hiểu các yếu tố độc đáo trong văn hóa và di sản kế thừa của mình (Phinney, 1990).

Có được nhận dạng dân tộc trông có vẻ diễn ra trong 3 giai đoạn. Trong giai đoạn thứ nhất, trẻ vị thành niên không tìm hiểu nguồn gốc dân tộc của mình. Một bé gái vị thành niên người Mỹ gốc Phi đang trong tuổi vị thành niên nhận xét, "Tại sao mình cần tìm hiểu ai là người phụ nữ da đen đầu tiên làm điều này hoặc điều kia? Hay mình không thích quan tâm" (Phinney, 1989, trang 44). Đối với bé gái này, nhận dạng dân tộc không phải là một vấn đề cá nhân quan trọng. Trong



giai đoạn thứ hai, trẻ vị thành niên bắt đầu tìm hiểu tác động cá nhân của di sản dân tộc kế thừa. Sự hiếu kỳ và đặt nghi vấn về đặc điểm của giai đoạn này được tóm tắt qua nhận xét của một bé gái vị thành niên người Mỹ gốc Mexico, "Tôi muốn biết chúng tôi đang làm gì và văn hóa của chúng tôi khác với văn hóa của người khác ra sao. Hãy tham dự đại nhạc hội và các sự kiện văn hóa giúp tôi tìm hiểu nhiều hơn về nền văn hóa của chính mình và về chính bản thân mình" (Phinney, 1989, trang 44). Một phần trong giai đoạn này bao gồm việc tìm hiểu truyền thống văn hóa, chẳng hạn, như bé gái trong ảnh, nhiều trẻ vị thành niên học cách nấu các món ăn của dân tộc mình.

Trong giai đoạn thứ ba, cá nhân có được khái niệm cái tôi dân tộc. Một trẻ vị thành niên người Mỹ gốc Á giải thích về việc nhận dạng dân tộc của mình như sau: "Tôi sinh ra ở Philipin và là người Philipin lúc sinh ra... Hiện nay tôi sống ở Mỹ, nơi cũng có nhiều người thuộc nhiều nền văn hóa khác sinh sống. Vì thế tôi không xem mình là người Philipin hay người Mỹ" (Phinney, 1989, trang 44).

Để tìm hiểu liệu bạn có biết được sự khác nhau giữa những giai đoạn nhận dạng tộc người này hay không, hãy đọc lại phần minh họa về Dea, sinh viên đại học người Mỹ gốc Hà Lan – gốc Á. Sau đó xác định xem giai đoạn nào áp dụng cho cô bạn ấy. Câu trả lời của chúng tôi ở trang 338 trước phần Tự kiểm tra.

Trẻ vị thành niên lớn tuổi hơn có nhiều khả năng có được nhận dạng dân tộc hơn trẻ vị thành niên nhỏ tuổi hơn vì họ có nhiều khả năng có được cơ hội tìm hiểu di sản văn hóa kế thừa của mình (Phinney & Chavira, 1992). Cũng giống như nhận dạng chung, trẻ vị thành niên có nhiều khả năng có được khái niệm cái tôi dân tộc khi bố mẹ khuyến khích đứa trẻ tìm kiếm các biện pháp thay thế thay vì ép buộc đứa trẻ chấp nhận một nhận dạng dân tộc cụ thể (Rosenthal & Feldman, 1992).

Trẻ vị thành niên có hưởng lợi từ một nhận dạng mạnh hay không? Có. Trẻ vị thành niên có được nhận dạng dân tộc thường có thái độ tự trọng cao hơn và nhận thấy sự tương tác của mình với gia đình và bạn bè vừa ý hơn (Phinney, Cantu, & Kurtz, 1997).

Ngoài ra, nhiều nhà điều tra nhận thấy trẻ vị thành niên có nhận dạng dân tộc mạnh thường có kết quả học tập tốt hơn trẻ vị thành niên có nhận dạng dân tộc mờ nhạt hơn (Stalikas & Gavaki, 1995). Sau cùng, trẻ vị thành niên có nhận dạng dân tộc mạnh thường có quan điểm tích cực hơn về nhóm của chính mình và về các nhóm dân tộc khác (Phinney, Ferguson, & Tate, 1997).

Một số cá nhân có được khái niệm cái tôi dân tộc được xác định rõ và đồng thời nhận dạng nền văn hóa trào lưu thật rõ nét. Ở Mỹ, chẳng hạn, nhiều người Mỹ gốc Hoa đi theo văn hóa Trung Hoa lẫn Mỹ, ở Anh, nhiều người Ấn Độ đồng nhất mình với cả văn hóa Ấn Độ lẫn văn hóa Anh. Đối với các cá nhân khác, cái giá phải trả của nhận dạng dân tộc mạnh là sự ràng buộc với nền văn hóa trào lưu yếu đi. Một số nhà điều tra báo cáo rằng đối với người Mỹ gốc Tây Ban Nha, đồng nhất mạnh với văn hóa Tây Ban Nha đi kèm

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Yếu tố nào trong khuôn khổ Tâm sinh học xã hội được biểu hiện ở trẻ vị thành niên đang phát triển một nhận dạng dân tộc?

với sự đồng nhất với nền văn hóa Mỹ trào lưu yếu hơn (Phinney, 1990).

Chúng ta không nên quá ngạc nhiên khi việc đồng nhất với nền văn hóa trào lưu làm suy yếu nhận dạng dân tộc ở một số nhóm này nhưng không làm suy yếu ở một số nhóm khác (Berry, 1993). Các nhóm chủng tộc và dân tộc sống ở Mỹ rất đa dạng. Văn hóa và di sản kế thừa của người Mỹ gốc Phi, người Mỹ gốc Á, Người Mỹ gốc Tây Ban Nha và người Mỹ bản xứ đều khác nhau, vì thế chúng ta nghĩ rằng tính chất và hậu quả của khái niệm cái tôi dân tộc mạnh sẽ khác nhau trong các nhóm dân tộc này và trong các dân tộc khác. Một số nền văn hóa dân tộc có chung nhiều yếu tố với văn hóa trào lưu hơn, cá nhân phát triển trong những nhóm dân tộc này sẽ thấy mình dễ đồng nhất với cả văn hóa dân tộc lẫn văn hóa trào lưu hơn.

Thậm chí trong một nhóm cụ thể, tính chất và hậu quả của nhận dạng dân tộc có thể thay đổi qua các thế hệ tiếp nối nhau (Cuellar và người khác, 1997). Khi các thế hệ tiếp nối bị đồng hóa văn hóa với văn hóa trào lưu nhiều hơn thì họ có thể ít đồng nhất mình với văn hóa dân tộc hơn. Vì thế, bố mẹ giữ vững suy nghĩ nhận dạng dân tộc kiên quyết nhưng con cái thì không.

Nhận dạng dân tộc là một vấn đề đặc biệt nổi bật đối với trẻ con như Dea, vốn là thành viên của nhóm dân tộc thiểu số được bố mẹ người Mỹ gốc Âu nhận làm con nuôi. Phần Nghiên cứu nổi bật chứng minh sự nhận dạng phát triển ra sao ở những trẻ này.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: NHẬN DẠNG Ở TRẺ CON LÀM CON NUÔI GIỮA CÁC CHỦNG TỘC



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Trong nhiều năm, chính sách của các cơ quan nhận con nuôi qui định rằng trẻ con phải được người lớn cùng chủng tộc với nó nhận làm con nuôi. Tuy nhiên, trong thập niên 1960, nhận con nuôi giữa các chủng tộc trở nên phổ biến hơn. Tại sao? Trẻ con thuộc các nhóm dân tộc thiểu số muốn được làm con nuôi nhiều hơn số người lớn trong cùng nhóm thiểu số muốn sinh con nuôi, nhưng nhiều người Mỹ gốc Âu trưởng thành rất thích nhận nuôi số trẻ con này. Khi nào trẻ con Mỹ gốc Phi được bố mẹ Mỹ gốc Âu nuôi dưỡng, đứa trẻ có được nhận dạng chủng tộc gì? Sự nhận dạng này ảnh hưởng đến sự phát triển của đứa trẻ ra sao? Kimberly DeBerry, Sandra Scarr, và Richard Weinberg (1996) muốn trả lời những câu hỏi này.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Các nhà điều tra nghĩ ra một cuộc phỏng vấn có cấu trúc bao gồm 83 hạng mục khác nhau. Một số hạng mục đánh giá định hướng của trẻ con đối với người Mỹ gốc Phi, kể cả số lượng bạn bè Mỹ gốc Phi của nó, hiểu biết của trẻ con về các dân tộc có nguồn gốc châu Phi và liệu nó có ám chỉ mình là người Mỹ gốc Phi hay không. Các hạng mục khác, có thể so sánh đánh giá định hướng của trẻ con đối với người Mỹ gốc Âu. Sau cùng, đánh giá điều chỉnh tâm lý chung với các câu hỏi về vấn đề hành vi, cảm xúc, giữa cá nhân với nhau và học thuật.

Trẻ con trong nghiên cứu là ai? Scarr và Weinberg bắt đầu nghiên cứu Dự án nhận con nuôi giữa các chủng tộc ở Minnesota trong thập niên 1970. Mẫu ban đầu của họ bao gồm 131 gia đình có 176 con nuôi và 145 con đẻ. DeBerry cùng đồng nghiệp tập trung vào một mẫu phụ bao gồm 88 trẻ Mỹ gốc Phi, 29 nam, 59 nữ.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu này là nghiên cứu tương quan vì DeBerry cùng đồng nghiệp quan tâm đến quan hệ đang tồn tại tự nhiên giữa nhận dạng của trẻ như người Mỹ gốc Phi hoặc Mỹ gốc Âu và sự điều chỉnh của trẻ con.

Nghiên cứu là nghiên cứu theo chiều dọc vì kiểm tra diễn ra khi đứa trẻ khoảng 4, 7 và 17 tuổi. Tuy nhiên, chúng ta đang mô tả chỉ những kết quả thu được khi đứa trẻ 17 tuổi.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không. Các nhà điều tra xin phép bố mẹ cho đứa trẻ tham gia.

Kết quả ra sao? Câu trả lời của bố mẹ và con trẻ giống nhau, vì thế chúng ta chỉ mô tả trả lời của đứa trẻ. Hai kết quả quan trọng. Thứ nhất, hầu hết trẻ con trong mẫu này nhận dạng mình là người Mỹ gốc Âu nhiều hơn người Mỹ gốc Phi. Thứ hai, có sự nhận dạng văn hóa mạnh đi kèm với sự điều chỉnh tâm lý tốt hơn. Sự tương quan với điều chỉnh là 0,45 trong đồng nhất với người Mỹ gốc Phi và 0,50 trong đồng nhất với người Mỹ gốc Âu. Nói cách khác, trẻ vị thành niên đồng nhất mình là Mỹ gốc Âu hoặc Mỹ gốc Phi mạnh thường có khuynh hướng điều chỉnh tốt hơn trẻ vị thành niên không đồng nhất mình là người Mỹ gốc Âu hoặc người Mỹ gốc Phi.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Nhà điều tra lưu ý rằng kết quả của mình dựa trên trẻ con Mỹ gốc Phi được người Mỹ gốc Âu nuôi dưỡng ở Minnesota, không thể áp dụng cho tất cả việc xin con nuôi giữa các chủng tộc. Tuy nhiên, kết quả nêu bật tầm quan trọng của khả năng đồng nhất với một nhóm văn hóa. Có khả năng suy nghĩ chính mình là một thành viên của một số nhóm văn hóa đông hơn được thừa nhận là một phần quan trọng trong tình trạng khoẻ mạnh về mặt tâm lý. Trẻ vị thành niên không suy nghĩ mình là một bộ phận trong một nhóm bất kỳ có nguy cơ bị rối loạn tâm lý.

CHUYỆN HOANG ĐƯỜNG VỀ BÃO TỐ VÀ CĂNG THẲNG

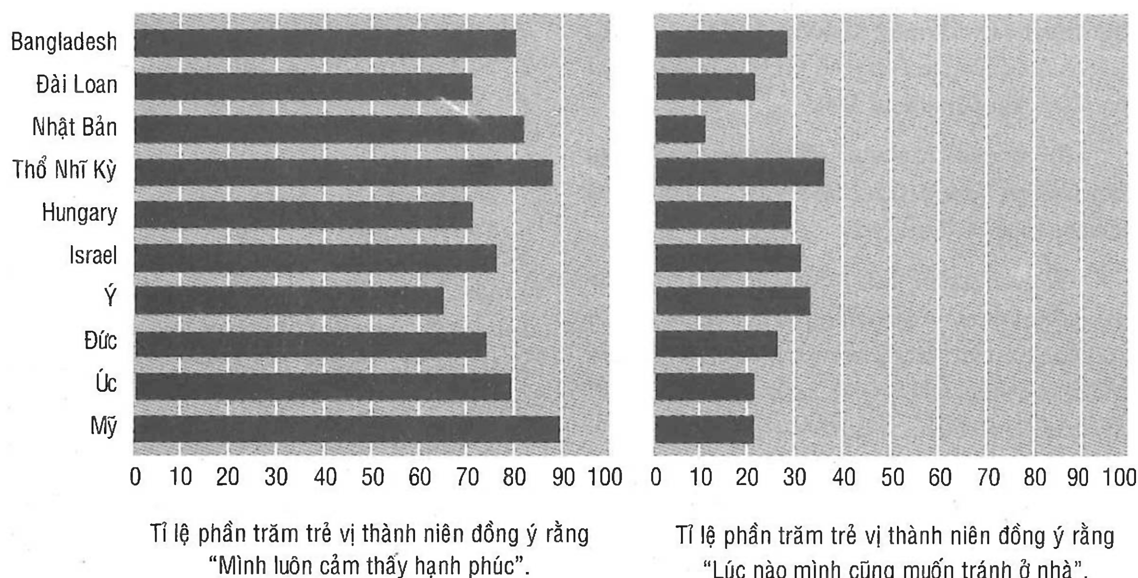
Có phải tìm kiếm nhận dạng luôn tạo cho trẻ vị thành niên sống trong thời kỳ bão tố và căng thẳng hay không? Đối với nhiều lý thuyết gia, sự xáo trộn ở cá nhân là điều cần thiết và thường là thành phần phát triển tích cực trong những năm thành niên. Chẳng hạn, G. Stanley Hall, một nhà Tâm lý học phát triển người Mỹ có uy tín vào đầu thế kỷ 20, nhận xét rằng "... bị rơi vãi mảnh vụn tinh thần, thể xác và đạo đức" (1904, trang xiv). Dĩ nhiên, trẻ vị thành niên thích gây gỗ là một đặc điểm ưa thích của các nhà tiểu thuyết và làm phim người Mỹ trong hơn 50 năm qua.

Ngày nay, chúng ta biết rằng trẻ vị thành niên thích gây gỗ phần lớn chỉ là chuyện hoang đường. Hãy xét các kết luận sau được rút ra từ chứng cứ nghiên cứu (Steinberg, 1990). Hầu hết trẻ vị thành niên đều

- khâm phục, yêu thương bố mẹ
- tìm lời khuyên ở bố mẹ
- tán thành nhiều giá trị của bố mẹ
- có cảm giác được bố mẹ yêu thương

Không phải là hình ảnh của kẻ thích gây gỗ đúng không? Những kết quả này đả phá quan điểm cho rằng trẻ vị thành niên nhất định là thời điểm mâu thuẫn và xáo trộn. Một số chứng cứ đặc biệt thuyết phục từ một nghiên cứu (Offer và người khác, 1988) trẻ vị thành niên ở 10 nước khác nhau: Mỹ, Úc, Đức, Ý, Israel, Hungary, Thổ Nhĩ Kỳ, Nhật Bản, Đài Loan, và Bangladesh. Những nhà điều tra này luôn nhận thấy hầu hết trẻ vị thành niên cảm thấy tự tin, hạnh phúc khi bước sang tuổi trưởng thành. Chẳng hạn, theo biểu đồ (trang 338) cho thấy, hầu hết trẻ vị thành niên khắp thế giới cho rằng mình thường hạnh phúc và một vài trẻ vị thành niên tránh gia đình của mình.

Dĩ nhiên, quan hệ bố mẹ – con cái thực sự thay đổi trong trẻ vị thành niên. Khi trẻ vị thành niên cảm thấy độc lập hơn thì mối quan hệ của mình với bố mẹ trở nên bình đẳng hơn. Bố mẹ phải điều chỉnh thích hợp với ý thức tự quản đang phát triển của con mình bằng cách bắt đầu đối xử với con như những người ngang hàng hơn (Laursen & Collins, 1994). Do đó, trẻ vị thành niên thường ít có thời gian ở bên bố mẹ, ít thân mật với bố mẹ hơn và tranh luận với bố mẹ nhiều hơn về các vấn đề



Tỉ lệ phần trăm trẻ vị thành niên đồng ý rằng "Mình luôn cảm thấy hạnh phúc".

Tỉ lệ phần trăm trẻ vị thành niên đồng ý rằng "Lúc nào mình cũng muốn tránh ở nhà".

cách sống, sở thích và tự do. Trẻ vị thành niên ủ rũ và nhiều khả năng thích dành thời gian ở một mình hơn (Larson, 1997; Wolfson & Carskadon, 1998). Tuy nhiên, những thay đổi này không phải là vấn đề bão tố và căng thẳng, chúng là sản phẩm phụ tự nhiên của mối quan hệ bố mẹ – con cái đang thay đổi, trong đó "con" gần như là một người ở đầu tuổi trưởng thành hoàn toàn độc lập (Steinberg, 1990). Tuổi vị thành niên là thời điểm thú vị, thử thách đối với trẻ vị thành niên và bố mẹ, nhưng không phải đầy sóng gió như trong chuyện hoang đường.

Nhận dạng dân tộc của Dea

Dea, một sinh viên đại học người Mỹ gốc Hà Lan – gốc Á, không biết làm cách nào để kết hợp di sản Hàn Quốc của bố mẹ đẻ với văn hóa Mỹ gốc Hà Lan mà mình được nuôi dưỡng. Điều này đặt cô trong giai đoạn thứ hai: một mặt, cô bắt đầu tìm hiểu cội nguồn dân tộc của mình nghĩa là cô đã phát triển qua khỏi giai đoạn thứ nhất. Mặt khác, cô kết hợp cội nguồn châu Á và châu Âu của mình, vốn là đặc điểm của trẻ vị thành niên trong giai đoạn thứ ba.

TỰ KIỂM TRA

1. Đối với Erikson, khủng hoảng trẻ vị thành niên là khủng hoảng giữa nhận dạng và ______.
2. Tình trạng ______ mô tả một trẻ vị thành niên có được sự nhận dạng phần lớn theo lời khuyên và sự thúc dục của bố mẹ.
3. Trẻ vị thành niên có nhiều khả năng có được nhận dạng dân tộc khi bố mẹ sử dụng kiểu làm bố mẹ ______.
4. Khi trẻ vị thành niên đồng nhất mạnh với nhóm dân tộc của chính mình, điều này có nghĩa sự đồng nhất của đứa trẻ với văn hóa Mỹ trào lưu là ______.

5. Trong 10 nước trên thế giới, hầu hết trẻ vị thành niên cho rằng mình hạnh phúc và ______.
6. Quan hệ của con với bố mẹ thay đổi ở tuổi vị thành niên phản ánh sự độc lập đang phát triển của trẻ vị thành niên và mối quan hệ bố mẹ – con cái ______.
7. Tờ báo ở địa phương bạn vừa đăng bài báo mô tả tất cả "bão tố và căng thẳng" ở tuổi vị thành niên. Hãy viết thư gởi đến tòa soạn để điều chỉnh thông tin này.

Trả lời: (1) nhầm lẫn vai trò, (2) thủ tiêu, (3) quyền uy, (4) khi mạnh khi yếu tùy vào trường hợp từng cá nhân, (5) họ không tránh xa gia đình, (6) bình đẳng hơn

THỊ TRẤN KHIẾM NHÃ VÀ BÀN CHỜ: BƯỚC VÀO THẾ GIỚI VIỆC LÀM

Mục tiêu nghiên cứu

- **Công việc bán thời gian có tác động gì đến sự phát triển của trẻ vị thành niên?**
- **Trẻ vị thành niên chọn một nghề cụ thể ra sao?**

Thị trấn khiếm nhã và bàn chờ: bước vào thế giới việc làm

Công việc bán thời gian

Phát triển nghề nghiệp

KHI Aaron 15 tuổi tuyên bố rằng mình muốn sau khi đi học về sẽ làm thêm trong một siêu thị ở địa phương, mẹ cậu rất vui nghĩ rằng cậu sẽ học hỏi được nhiều kinh nghiệm. 5 tháng sau, bà lại hoài nghi. Aaron không còn quan tâm đến việc học nữa, và người ta luôn bàn về cách xài tiền của cậu.

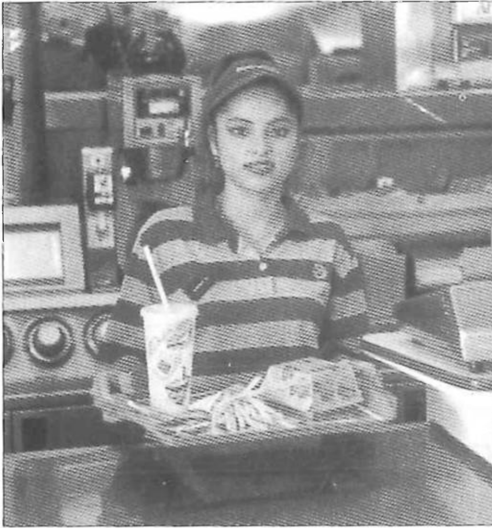
"Bạn sẽ làm gì khi lớn?" Trẻ con thường rất vui khi người khác hỏi câu này. Tuy nhiên, bắt đầu vào tuổi vị thành niên, việc làm là điều có ý nghĩa quan trọng vì việc làm có một thành phần quan trọng trong nhận dạng của một người. Việc làm dù đó là thợ hồ, phóng viên hoặc nhân viên chăm sóc trẻ con đi nữa, đều giúp xác định chúng ta là ai.

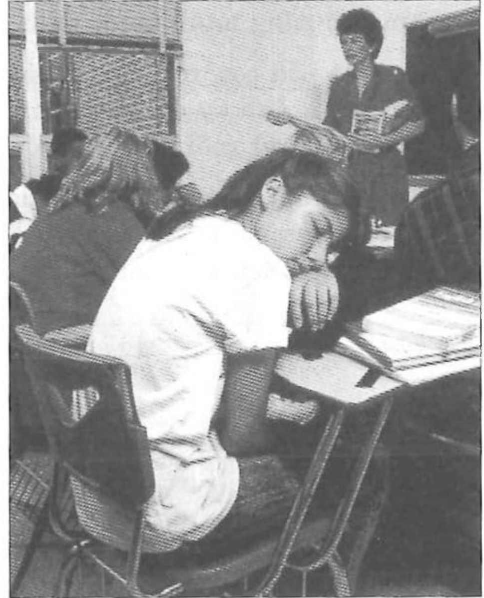
Như Aaron, nhiều trẻ vị thành niên Mỹ đều có sự tiếp xúc đầu tiên với thế giới việc làm bán thời gian sau khi đi học về hoặc vào ngày cuối tuần, chúng ta bắt đầu tìm hiểu chủ đề này.

CÔNG VIỆC BÁN THỜI GIAN

Trẻ vị thành niên trong ảnh chụp (trang 340 bên trái trên) đang tham gia một nghi thức của trẻ vị thành niên Mỹ – công việc bán thời gian. Ngày nay, đa số học sinh phổ thông trung học đều làm việc bán thời gian. Trong số nhân viên tuổi vị thành niên làm việc bán thời gian, thì có 1 người làm việc trong nhà hàng thức ăn nhanh như McDonald hoặc Burger King, và 1 làm việc trong cửa hiệu bán lẻ với vai trò làm việc bán hàng hoặc thu ngân. Nữ thường làm nghề trông em, nhân viên phục vụ hoặc nhân viên nhà hàng, lương thường thấp hơn nam (Call, 1996; Mortimer, 1991).

Công việc bán thời gian là một khía cạnh mới trong tuổi vị thành niên. Trong





thập niên 1970, chỉ có 25% học sinh trung học làm việc bán thời gian so với 75% trong thập niên 1980 và 1990. Sự phát triển này chỉ có ở Mỹ. Ở các nước công nghiệp khác ở Tây Âu và Châu Á, học sinh trung học làm việc bán thời gian chỉ là số ít. So với học sinh trung học ở những nước này học sinh Mỹ có ngày học ngắn hơn và bài tập ở nhà ít hơn nhiều, có nghĩa là họ có thời gian đi làm thêm (Reubens, Harrison, & Kupp,1981).

Người lớn thường ca ngợi những thói quen làm việc mới xuất hiện này, nghĩ rằng bằng cách tiếp xúc với nơi làm việc sớm, trẻ vị thành niên sẽ học được kỷ luật, tự tin và có được kỹ năng làm việc quan trọng (Snedeker, 1982). Đối với hầu hết trẻ vị thành niên, thực tế hoàn toàn khác hẳn. Thật ra công việc bán thời gian có thể có hại. Thường gặp một số vấn đề.

1. *Ảnh hưởng kết quả học tập.* Khi học sinh làm việc hơn 15 giờ mỗi tuần, thì ít dành thời gian làm bài tập ở nhà hơn và có nhiều khả năng bỏ học. Không có gì phải ngạc nhiên khi điểm thường thấp hơn bạn đồng tuổi làm việc ít hơn hoặc không làm gì cả (Steinberg, Fegley, & Dornbusch, 1993). Tại sao 15 giờ làm việc lại bất lợi cho việc học ở trường? Thời biểu làm việc 15 giờ có thể bao gồm 4 ca mỗi ca 3 tiếng sau khi đi học về và làm thêm một ca 3 tiếng nữa vào ngày cuối tuần. Điều này trông có vẻ còn rất nhiều thời gian để học nhưng chỉ đối với học sinh nào biết sử dụng thời gian của mình hiệu quả. Thật ra, nhiều học sinh trung học rõ ràng không nhìn thấy trước và kỷ luật cần thiết để đáp ứng yêu cầu kết hợp giữa công việc và trường học. Như cô gái trong ảnh chụp (bên phải trên), nhiều trẻ vị thành niên cảm thấy rất khó cân đối thời gian giữa công việc, học và ngủ.

2. *Sức khỏe tâm thần và rối loạn hành vi.* Trẻ vị thành niên làm việc nhiều giờ – hơn 15 hoặc 20 giờ mỗi tuần – có nhiều khả năng lo âu và trầm cảm hơn, thái độ tự trọng của đứa trẻ thường bị tổn hại. Nhiều trẻ vị thành niên nhận thấy công việc của mình nhàm chán, lặp đi lặp lại và căng thẳng. Điều kiện như thế này xói mòn thái độ tự trọng và nuôi dưỡng sự lo âu.

Công việc bán thời gian kéo dài cũng dẫn đến việc lạm dụng chất gây nghiện thường xuyên hơn như thuốc lá, rượu, cần sa và cocaine (Bachman & Schulenberg,

1993; Mortimer và người khác, 1996). Công việc kéo dài cũng đi kèm với rối loạn hành vi thường xuyên hơn bao gồm việc dùng bạo lực đối với người khác, gây rắc rối với cảnh sát và cãi lại bố mẹ (Bachman & Schulenberg, 1993).

Tại sao việc làm lại đi kèm với tất cả những rối loạn này vẫn chưa rõ. Có lẽ trẻ vị thành niên đi làm thường nhờ đến chất gây nghiện để giúp mình đối phó với lo âu và trầm cảm do công việc mang lại. Tranh cãi với bố mẹ thường xuyên hơn vì trẻ vị thành niên lo âu, trầm cảm dễ cãi hơn hoặc vì trẻ vị thành niên có tiền lương nghĩ rằng mình có thu nhập là phải có tự do. Bất chấp cơ chế chính xác liên quan, công việc bán thời gian kéo dài rõ ràng phương hại đến sức khỏe tâm thần của hầu hết trẻ vị thành niên.

3. *Sự sung túc mê muội.* Người lớn đôi lúc cho rằng làm việc là tốt đối với trẻ vị thành niên vì giúp cho trẻ vị thành niên hiểu được "giá trị của đồng tiền". Ở đây thực tế lại mâu thuẫn với câu châm ngôn. Mẫu điển hình trẻ vị thành niên là "kiếm tiền để xài". Trẻ vị thành niên làm việc thường xài hầu hết số tiền mình kiếm được cho bản thân – mua quần áo, bánh snack, hoặc mỹ phẩm và mục đích giải trí. Một vài trẻ vị thành niên làm việc để dành phần lớn thu nhập của mình cho mục tiêu sau này, như học đại học hoặc phụ giúp gia đình (Shanahan và người khác, 1996a). Vì bố mẹ thường gánh chịu nhiều chi phí cần thiết đi kèm với cuộc sống độc lập thật sự – tiền thuê nhà, tiền điện nước, thực phẩm, chẳng hạn – trẻ vị thành niên làm việc thường tùy ý chi xài có tỉ lệ phần trăm trên thu nhập cao hơn nhiều người lớn. Vì thế, đối với nhiều trẻ vị thành niên công việc bán thời gian tạo ra những khả năng không thực tế về cách chi xài, phân bố thu nhập của mình (Bachman, 1983).

Thông tin xuất hiện lặp đi lặp lại từ nghiên cứu về việc làm bán thời gian hầu như không phải mang tính động viên. Như Aaron trong phần minh họa, trẻ vị thành niên làm việc nhiều giờ trong công việc bán thời gian không có lợi. Trái lại, kết quả học tập kém hơn, khả năng rối loạn hành vi nhiều hơn, học cách xài tiền hơn là quản lý tiền bạc. Những ảnh hưởng này giống nhau ở trẻ vị thành niên thuộc các nhóm dân tộc khác nhau (Steinberg & Dornbusch, 1991) và cho cả con trai và con gái đều như nhau (Bachman & Schulenberg, 1993).

Điều này có nghĩa rằng trẻ vị thành niên đang học không nên đi làm bán thời gian? Không hẳn. Công việc bán thời gian có thể thành công tùy vào hoàn cảnh. Một yếu tố quan trọng là số giờ làm. Dĩ nhiên, số giờ làm việc khác nhau ở từng học sinh nhưng hầu hết học sinh có thể dễ dàng làm việc mỗi tuần 5 giờ không hề nguy hại và nhiều em có thể làm việc 10 giờ mỗi tuần. Yếu tố quan trọng khác là loại hình công việc (Barling, Rogers, & Kelloway, 1995). Khi trẻ vị thành niên có công việc giúp mình sử dụng kỹ năng (như kế toán, vi tính hoặc đánh máy) và để học thêm kỹ năng mới, thái độ tự trọng tăng lên và học hỏi nhiều từ kinh nghiệm. Tuy nhiên, yếu tố khác là trẻ vị thành niên xài tiền kiếm được như thế nào. Khi để dành tiền hoặc dùng để mua quần áo, đóng học phí thì mối quan hệ giữa trẻ vị thành niên và bố mẹ thường được cải thiện (Shanahan và người khác, 1996b).

Theo những tiêu chuẩn này, người nào có khả năng bị ảnh hưởng bất lợi khi làm việc bán thời gian? Trẻ vị thành niên mỗi tuần đóng gói gia vị 30 tiếng và dành hầu hết số tiền kiếm được để mua đĩa CD hoặc băng video. Người nào có lợi khi làm việc bán thời gian? Trẻ vị thành niên sửa xe và dành ngày thứ bảy để làm việc trong một garage và để dành một phần thu nhập kiếm được để đóng học phí.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Hãy nhớ lại những năm học trung học của chính bạn và của những người bạn khác. Bạn có thể nhớ học sinh nào (kể cả bạn!) bị ảnh hưởng bất lợi từ công việc bán thời gian hay không? Bạn có nhớ người nào hưởng lợi từ công việc bán thời gian hay không?

Sau cùng, công việc trong nghỉ hè thường không có sự xung đột giữa công việc và trường học. Do đó, phần lớn ảnh hưởng bất lợi trong công việc bán thời gian trong niên học không có ảnh hưởng đối với công việc làm trong hè. Thật ra, công việc như thế làm tăng thái độ tự trọng của trẻ vị thành niên nhất là khi biết để dành một phần thu nhập cho sau này (Marsh, 1991).

PHÁT TRIỂN NGHỀ NGHIỆP

Đối mặt với thử thách chọn nghề nhiều trẻ vị thành niên bị cuốn hút trước tiếp cận của cậu bé trong truyện tranh. Chọn nghề rất khó một phần vì phải xác định loại công việc có thể xin được việc sau này. Dự đoán tương lai rất nhiều rủi ro, nhưng Cục thống kê lao động Mỹ dự đoán rằng vào năm 2006, khoảng 75% công việc trong ngành công nghiệp dịch vụ, như giáo dục, chăm sóc sức khỏe và ngân hàng. 25% còn lại trong ngành sản xuất hàng hóa. Trong tương lai, công việc trong ngành nông nghiệp, lâm nghiệp và sản xuất sẽ ít hơn (Franklin, 1997).

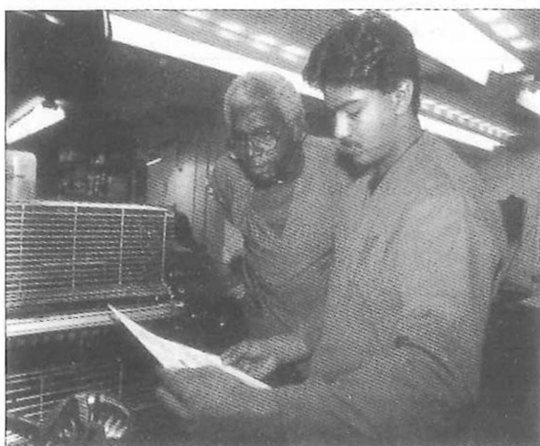


"Con trai của anh đã chọn nghề rồi đấy, anh Mildred ạ. Thằng bé sẽ trúng số độc đắc rồi đi du lịch".

LAUGH PARADE, © 1985, in lại nhờ sự giúp đỡ của Bunny Hoest và *Parade Magazine.*

Hiểu loại công việc mà các chuyên gia dự đoán sẽ có nhiều, trẻ vị thành niên làm cách nào bắt đầu một quá trình chọn nghề kéo dài giúp trẻ hạnh phúc và có tương lai? Lý thuyết chọn nghề mô tả qua trình này. Theo thuyết do Donald Super (1976, 1980) đưa ra, nhận dạng là một tác động chính trong chọn nghề của trẻ vị thành niên. *Bắt đầu 13 hoặc 14 tuổi, trẻ vị thành niên sử dụng nhận dạng đang nổi bật của mình như một nguồn quan điểm đầu tiên về nghề nghiệp, một quá trình gọi là* sự kết tinh. Trong những năm này trẻ vị thành niên bắt đầu sử dụng quan điểm của mình về tài năng và quan tâm của chính mình để thu hẹp nghề tiềm năng có thể chọn. Một bé trai tuổi vị thành niên có tính hướng ngoại, hòa đồng có thể quyết định làm việc với người là một bộ phận trong nghề của mình. Quyết định ban đầu như thế chỉ mang tính tạm thời, nhiều trẻ vị thành niên thử nghiệm nhiều nghề giả thuyết khác nhau và cố tưởng tượng mỗi nghề có đặc điểm gì.

Giai đoạn kế tiếp thường bắt đầu lúc 18 tuổi, đây là sự mở rộng hoạt động đi kèm với sự kết tinh. *Trong* cụ thể hóa, *trẻ vị thành niên hạn chế hơn nữa tiềm năng nghề nghiệp của mình bằng cách tìm hiểu nhiều hơn về đặc điểm của công việc cụ thể và bắt đầu học hỏi theo yêu cầu dành cho công việc cụ thể ấy.* Bé trai tuổi vị thành niên tính hướng ngoại theo giả thuyết của chúng ta muốn làm việc chung với người khác có thể quyết định một nghề

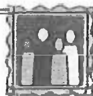


bán hàng vì phù hợp với khả năng và sự quan tâm của mình. Một số trẻ vị thành niên như trong ảnh chụp có thể bắt đầu thời gian tập sự để học nghề kinh doanh.

Cuối những năm vị thành niên và đầu tuổi 20 đánh dấu sự bắt đầu của giai đoạn thứ ba. *Trong* giai đoạn thực hiện, *cá nhân tham gia lực lượng lao động và trực tiếp tìm hiểu công việc.* Đây là thời điểm tìm hiểu trách nhiệm và năng suất, hòa hợp với đồng nghiệp, thay đổi cách sống để thích nghi với công việc. Giai đoạn này thường không ổn định. Cá nhân đôi khi thường xuyên thay đổi quan điểm khi điều chỉnh để thích nghi với thực tế cuộc sống ở nơi làm việc.

Trong phần Người thật việc thật, bạn sẽ thấy ba giai đoạn này trong quá trình phát triển nghề nghiệp của một người.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: "CUỘC ĐỜI CỦA LYNNE", VỞ KỊCH BA HỒI



Hồi 1:Kết tinh – trong những năm trung học, Lynne tích cực tham gia nhiều tổ chức. Cô rất thích bận rộn và thường xuyên tiếp xúc với người khác. Lynne thường được phân công làm văn phòng, cũng được yêu cầu làm thủ quỹ. Cô không tham lam, cô cảm thấy hài lòng khi sắp xếp hồ sơ tài chánh cho có thứ tự. Vào cuối năm 12 Lynne quyết định học kinh doanh, phù hợp với điểm cao của cô trong môn tiếng Anh và môn toán.

Hồi 2: Cụ thể hóa – Lynne được nhận vào học Khoa kinh doanh ở một đại học lớn trong tiểu bang. Cô quyết định rằng kế toán hợp với kỹ năng và tính tình của mình, vì thế cô chọn chuyên ngành này. Trong dịp hè, cô làm thủ quỹ cho hãng J. C. Penney. Công việc này giúp cô đóng được học phí và có thêm kinh nghiệm trong lĩnh vực bán lẻ.

Hồi 3: Thực hiện – Một vài tháng sau khi tốt nghiệp, Lynne được đề nghị giữ chức kế toán trung cấp ở hãng Wal-Mart. Công việc của cô yêu cầu cô phải làm việc từ thứ ba đến thứ sáu, kiểm toán các cửa hàng Wal-Mart ở một số thành phố lân cận. Lynne hưởng lương hậu, đi xe công ty, có cảm giác độc lập. Tuy nhiên, mỗi sáng phải đi làm lúc 7:30 là một cú sốc đối với những ai quen thức dậy lúc 10 giờ. Lynne thường cảm thấy lúng túng khi tiếp xúc với các quản lý cửa hàng, phần lớn họ đều gấp đôi tuổi cô và rất đáng sợ. Cô đi đến kết luận rằng muốn trở thành một nhân viên kế toán thành công còn rất nhiều chuyện phải học ngoài chuyện cộng trừ nhân chia các con số cho chính xác ra.

"Cuộc đời của Lynne" minh họa một quá trình cho nhận liên tục giữa khái niệm cái tôi của cá nhân và sự phát triển nghề nghiệp của cá nhân ấy. Khái niệm cái tôi của một người khiến cho một số nghề nghiệp này hấp dẫn hơn một số nghề nghiệp khác, kinh nghiệm nghề nghiệp đầy đủ hơn và định hình khái niệm cái tôi của một người.

Một khía cạnh khác trong cuộc đời của Lynne làm sáng tỏ thuyết của Super. Sau 18 tháng làm việc nhóm kế toán của Lynne hợp nhất lại với nhau, điều này đòi hỏi Lynne phải sang tiểu bang khác làm việc, vì thế cô nghỉ việc. Sau 6 tháng tìm việc kế toán khác, Lynne bỏ cuộc rồi bắt đầu học để làm nhân viên bất động sản. Đạo đức? Điều kiện kinh tế và cơ hội cũng

CHỦ ĐỀ NGHỀ NGHIỆP CHUNG TRONG THUYẾT CỦA HOLLAND

Chủ đề	Mô tả	Nghề nghiệp
Thực tế	Cá nhân thích lao động chân tay, và thích giải quyết vấn đề cụ thể.	Thợ máy, lái xe tải, công nhân xây dựng
Điều nghiên	Cá nhân định hướng công việc và thích suy nghĩ về quan hệ trừu tượng.	Nhà khoa học, nhà văn kỹ thuật
Xã hội	Cá nhân có kỹ năng diễn đạt bằng lời và quan hệ giữa cá nhân với nhau, thích giải quyết vấn đề sử dụng những kỹ năng này.	Giáo viên, luật sư, nhân viên xã hội
Qui ước	Cá nhân có kỹ năng diễn đạt bằng lời và về số lượng thích áp dụng vào các công việc có cấu trúc, được xác định rõ được người khác phân công.	Nhân viên thu ngân, thư ký phụ trách lương, quản lý giao thông
Táo bạo	Cá nhân thích sử dụng kỹ năng diễn đạt bằng lời trong vị trí người có quyền lực, địa vị và khả năng	Điều hành kinh doanh, nhà sản xuất truyền hình, nhân viên bất động sản
Nghệ thuật	Cá nhân thích tự thể hiện trong công việc không cấu trúc	Nhà thơ, nhạc sỹ, diễn viên

định hình sự phát triển nghề nghiệp. Thời điểm thay đổi có thể buộc cá nhân phải chọn con đường nghề nghiệp mới, thường không ngờ đến.

Thuyết Loại nhân cách

Thuyết của Super (1976, 1980) giúp giải thích khái niệm cái tôi và khát vọng nghề nghiệp phát triển trực tiếp ra sao, nhưng không giải thích tại sao cá nhân cụ thể thích thú với loại công việc này hơn là loại công việc khác. Giải thích sự phù hợp giữa con người và nghề nghiệp là mục đích của thuyết do John Holland (1985, 1987, 1996) đưa ra. *Theo* thuyết Loại nhân cách *của Holland, người ta nhận thấy công việc được trọn vẹn khi các đặc điểm quan trọng của một công việc hoặc nghề nghiệp phù hợp với nhân cách của nhân viên ấy.* Holland nhận dạng 6 nhân cách nguyên mẫu liên quan với thế giới công việc. Mỗi nhân cách phù hợp tốt nhất với một tập hợp nghề nghiệp cụ thể, như biểu thị ở cột bên phải bảng bên trên. Nên nhớ đây chỉ là những nguyên mẫu. Hầu hết mọi người không giống đúng như một loại nhân cách bất kỳ. Thay vào đó, nhân cách liên quan đến công việc là sự hỗn hợp của 6 nhân cách.

Mô hình này hữu dụng trong việc mô tả sở thích nghề nghiệp của trẻ vị thành niên châu Phi, châu Á, châu Âu, người Mỹ bản xứ và người Mỹ gốc Mexico, cũng như có ích đối với cả nam lẫn nữ (Day, Rounds, & Swaney, 1998). Nghiên cứu chứng minh rằng khi con người có công việc phù hợp với loại nhân cách của mình thì trong thời gian ngắn họ là nhân viên có năng suất nhiều hơn và về lâu dài họ có con đường nghề nghiệp ổn định hơn (Holland, 1996). Chẳng hạn, một trẻ vị thành niên táo bạo như trong ảnh chụp (trang 345) có nhiều khả năng thành công trong kinh doanh vì cậu thích vị trí quyền lực để cậu sử dụng kỹ năng diễn đạt bằng lời của mình.

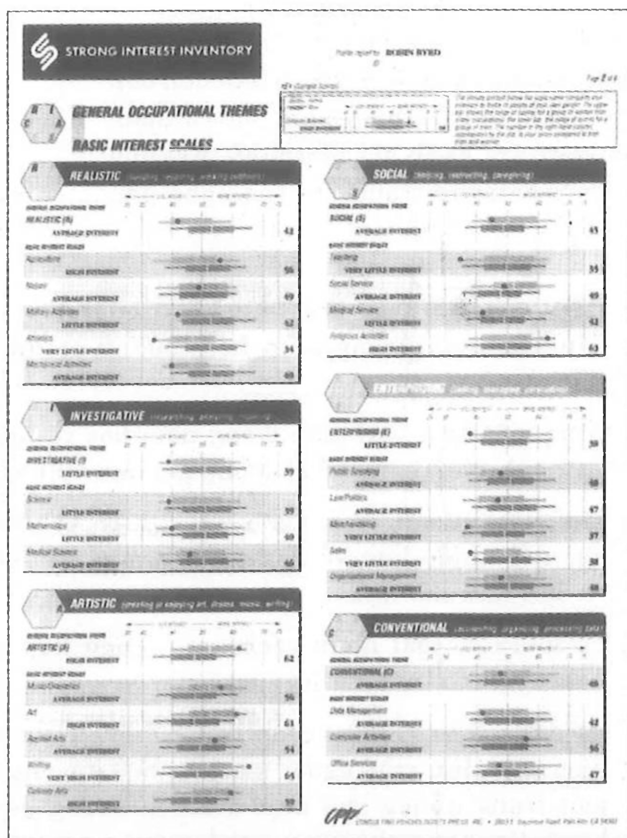
Kết hợp thuyết Nghề nghiệp chung của Holland với thuyết phát triển nghề nghiệp của Super cho chúng ta một bức



tranh hoàn chỉnh về sự phát triển nghề nghiệp. Một mặt, thuyết của Super giải thích sự tiến bộ phát triển trong đó cá nhân chuyển quan tâm chung thành một nghề nghiệp cụ thể, mặt khác, thuyết của Holland giải thích những gì tạo ra sự thích hợp giữa quan tâm cụ thể với nghề nghiệp cụ thể.

Dĩ nhiên, cố gắng làm cho quan tâm phù hợp với nghề nghiệp là việc rất khó. Thật may, một số đánh giá được sử dụng để mô tả nhân cách liên quan với công việc của một người và công việc thích hợp với người ấy nhất. Trong Thống kê điều rất quan tâm® (SII®), chẳng hạn, người ta bày tỏ thái độ thích các nghề nghiệp khác nhau, môn học, hoạt động, loại người (như người rất già, người sống trong nguy hiểm). Những câu trả lời này so sánh với câu trả lời thu được từ một mẫu qui phạm gồm các cá nhân ở các nghề nghiệp khác nhau. Kết quả là một mô tả sơ lược, được thể hiện một phần ở hình bên phải.

Bạn có thể nhận thấy rằng mỗi loại của Holland – gọi là "Chủ đề nghề nghiệp chung" đối với SII® - được liệt kê. Dưới mỗi tiêu đề là các thanh màu đen và tô bóng thể hiện câu trả lời điển hình của nam và nữ. Dấu chấm biểu thị câu trả lời của một người sẽ nằm ở đâu so với người khác cùng phái với mình. Nhìn vào cột bên trái, bạn nhìn thấy người phụ nữ này ít quan tâm hơn người phụ nữ trung bình đối với Chủ đề thực tế và điều nghiên nhưng quan tâm hơn người phụ nữ trung bình về Chủ đề nghệ thuật. Trong cột bên phải, người phụ nữ này có quan tâm trung bình đối với Chủ đề xã hội và qui ước nhưng quan tâm thấp hơn trung bình đối với Chủ đề táo bạo. Trong số 6 Chủ đề nghề nghiệp chung, quan tâm của người này trông có vẻ phù hợp với nhân cách nghệ thuật trong thuyết của Holland.



Consulting Psychologists Press, Inc. 1994: Thống kê điều rất quan tâm và SII là thương hiệu đăng ký của nxb đại học Stanford.

Bằng cách nhìn vào Thang quan tâm cơ bản được liệt kê dưới Chủ đề nghề nghiệp nghệ thuật, chúng ta có được một khái niệm chính xác hơn về quan tâm của phụ nữ này. So với phụ nữ trung bình, phụ nữ này thể hiện nhiều sự quan tâm trong Nghệ thuật, Viết văn và Nghệ thuật nấu ăn. Quan tâm của cô trong Âm nhạc và Nghệ thuật ứng dụng chỉ ở mức trung bình. Rõ ràng công việc lý tưởng của cô là nhà văn viết cho một tạp chí nghệ thuật hoặc tạp chí nấu ăn!

Hãy nhìn Chủ đề nghề nghiệp còn lại để nhớ rằng sự phù hợp giữa quan tâm và nghề nghiệp vẫn chưa hoàn hảo. Mặc dù sự quan tâm Chủ đề thực tế và nghề nghiệp xã hội của phụ nữ này nói chung chỉ ở mức trung bình, nhưng cô còn rất quan tâm đến Nông nghiệp và Hoạt động tôn giáo.

Nếu bạn vẫn còn phân vân trong chọn nghề, chúng ta khuyến khích bạn nên đến trung tâm tư vấn của trường học và tham gia kiểm tra đánh giá như SII®. Kết quả sẽ giúp bạn tập trung vào các nghề phù hợp với quan tâm của bạn và giúp bạn chọn đúng trường để học nghề ấy.

Cho dù bạn đã tương đối chắc chắn về kế hoạch học nghề thì cũng nên tham gia kiểm tra đánh giá này. Như chúng ta đã biết trường hợp của Lynne (sẽ đề cập chi tiết hơn trong chương 11 và 14), sự phát triển nghề nghiệp không kết thúc bằng công việc đầu tiên con người liên tục hoàn thiện khao khát nghề nghiệp của mình trong suốt quãng đời, và những kết quả này rất có ích về sau này.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Các loại nhân cách khác nhau trong thuyết của Holland liên quan với các loại trí năng khác nhau do Howard Gardner đưa ra (mô tả trong Chương 6) ra sao?

TỰ KIỂM TRA

1. Trẻ vị thành niên làm việc kéo dài trong công việc bán thời gian trong năm học thường có điểm thấp, rối loạn hành vi và ______.
2. Công việc bán thời gian trong năm học có lợi nếu trẻ vị thành niên hạn chế số lượng giờ làm việc và ______.
3. Trong giai đoạn chọn nghề ______, trẻ vị thành niên học hỏi nhiều hơn về đặc điểm cụ thể của công việc và bắt đầu đào tạo.
4. Cá nhân có loại nhân cách ______ phù hợp nhất với nghề giáo viên hoặc luật sư.
5. Sử dụng 6 loại nhân cách trong thuyết của Holland, hãy nghĩ đến một người mà bạn biết rõ phù hợp với một trong những loại này. (Biểu đồ trang 344 hỗ trợ bạn). Bạn có nghĩ rằng nghề nghiệp của một người tượng trưng cho sự phù hợp với loại nhân cách của người ấy hay không?

Trả lời: (1) có cảm giác sung tục mê muội, (2) làm những công việc giúp sự dụng và phát triển kỹ năng, (3) cụ thể hóa, (4) xã hội

"TÔI YÊU EM RA SAO?" - MỐI QUAN HỆ LÃNG MẠN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Chức năng của hẹn hò là gì?**
- **Điều gì xác định định hướng tình dục của trẻ vị thành niên?**
- **Trẻ vị thành niên hoạt động giới tính ở độ tuổi nào? Yếu tố nào tác động đến trẻ vị thành niên có hoạt động như thế?**
- **Tại sao trẻ vị thành niên hoạt động giới tính sử dụng thuốc ngừa thai không thường xuyên?**
- **Một số hành vi nào làm cho trẻ vị thành niên dễ bị nhiễm AIDS?**
- **Tình huống nào dễ có khả năng xảy ra hiếp dâm hẹn hò?**

TRONG *6 tháng, Rebecca 15 tuổi hẹn hò với Michael 17 tuổi. Cô bé nghĩ mình thật sự biết yêu lần đầu tiên và thường tưởng tượng chuyện lấy Michael làm chồng. Cả hai đều có quan hệ tình dục vài ba lần nhưng không lần nào dùng ngừa thai. Đôi khi Rebecca cũng nghĩ rằng nếu mình có thai, mình sẽ tìm một căn hộ mới và bắt đầu ra riêng.*

Ngọn lửa của mối quan hệ yêu đương lãng mạn từ lâu đã sưởi ấm nhiều trái tim trẻ vị thành niên Mỹ. Cũng như ở Rebecca và Michael, chuyện yêu đương dẫn đến quan hệ tình dục. Trong phần này, chúng ta sẽ tìm hiểu hẹn hò và quan hệ tình dục ở trẻ vị thành niên. Bạn sẽ hiểu nhiều hơn tại sao Rebecca có quan hệ tình dục thiếu an toàn với Michael.

HẸN HÒ

Trẻ vị thành niên Mỹ thường bắt đầu hẹn hò khi khoảng 15 tuổi (Miller và người khác, 1997). Kinh nghiệm hẹn hò đầu tiên thường diễn ra khi các nhóm cùng phái đi đến nơi biết rằng có một đám đông cả nam lẫn nữ đang chờ. Minh họa bao gồm việc đi đến một hội trường chung với bạn hoặc đi dự khiêu vũ trong trường. Hình thức hẹn hò có phần nào tiến bộ hơn bao gồm một số nam nữ cùng nhau đi chơi trong tư cách một nhóm. Sau cùng, hẹn hò bao gồm các cặp được xác định rõ. Vào năm cuối cấp phổ thông, hầu hết học sinh đều có ít nhất một bạn trai hoặc bạn gái ổn định.

Như bạn nghĩ, yếu tố văn hóa ảnh hưởng mạnh đến các mẫu hẹn hò. Chẳng hạn, bố mẹ Mỹ gốc Âu thường khuyến khích sự độc lập ở trẻ vị thành niên nhiều hơn bố mẹ Mỹ gốc Tây Ban Nha và Mỹ gốc Á truyền thống, nhấn mạnh ràng buộc gia đình và sự trung thành với bố mẹ. Hẹn hò là dấu hiệu độc lập, kết quả là thời gian ở với gia đình ít hơn, giải thích tại sao trẻ vị thành niên Mỹ gốc Tây Ban Nha và Mỹ gốc Á thường bắt đầu hẹn hò ở tuổi lớn hơn và hẹn hò ít thường xuyên hơn (Xiaohe & Whyte, 1990).

Ban đầu, chức năng chính của hẹn hò là chọn bạn, nhưng ngày nay hẹn hò có nhiều chức năng khác nhau đối với trẻ vị thành niên (Padgham & Blyth, 1991; Sanderson & Cantor, 1995). Hẹn hò:

- là hình thức tiêu khiển, giải trí thú vị
- dạy các tiêu chuẩn về hành vi giữa cá nhân với nhau của người lớn
- là phương tiện xác lập thân thế ở bạn đồng tuổi
- là lối thoát để thử nghiệm quan hệ giới tính
- tạo ra tình bạn giống như kinh nghiệm giữa những người bạn thân
- dẫn đến sự thân mật trong đó trẻ vị thành niên chia sẻ tâm tư thầm kín với bạn mình

Chức năng hẹn hò thay đổi trong trẻ vị thành niên. Khi trẻ vị thành niên trưởng thành, sự bầu bạn và thân mật trở nên quan trọng hơn trong khi giải trí và thân thế kém quan trọng hơn (Roscoe, Diana, & Brooks, 1987; Sanderson & Cantor, 1995).

Định hướng tình dục

Đối với hầu hết trẻ vị thành niên, hẹn hò và yêu đương bao gồm thành viên khác phái. Tuy nhiên, như một phần trong việc tìm cách xác lập nhận dạng, nhiều trẻ vị thành niên tự hỏi, ít nhất trong nghi thức đi qua, liệu mình có phải là quan hệ đồng giới hay không. Thật ra, khoảng 15% trẻ vị thành niên báo cáo có sự hấp dẫn cảm xúc và tình dục đối với thành viên cùng phái (D'Augelli, 1996). Đối với hầu hết trẻ vị thành niên, những kinh nghiệm này đơn thuần là một phần trong quá trình thử nghiệm vai trò rộng lớn hơn thường gặp ở trẻ vị thành niên. Tuy nhiên, trẻ vị thành niên tìm kiếm định nghĩa cái tôi dẫn đến kết quả khoảng 5% số trẻ vị thành niên tự nhận dạng mình là nam đồng tính hoặc nữ đồng tính trong định hướng tình dục. Sự nhận dạng này thường diễn ra ở giữa tuổi vị thành niên nhưng cho đến khi đầu tuổi thanh niên, thì hầu hết cá nhân nam đồng tính hoặc nữ đồng tính mới biểu lộ công khai định hướng tình dục của mình (D'Augelli,1996).

Tại sao trẻ vị thành niên nam đồng tính hoặc nữ đồng tính phải chờ quá lâu, 3 – 5 năm mới tuyên bố định hướng tình dục? Nhiều người hợp lý khi cho rằng bạn đồng tuổi của trẻ chắc chắn không ủng hộ trẻ (Newman & Muzzonigro, 1993). Chẳng hạn, trong một khảo sát trên toàn quốc, chỉ 40% con trai từ 15 đến 19 tuổi đồng ý rằng mình có thể làm bạn với một nam đồng tính (Marsiglio, 1993).

Trẻ vị thành niên cho rằng mình không thể làm bạn với một bạn đồng tuổi nam đồng tính hoặc nữ đồng tính hầu hết thường nhỏ tuổi hơn tự nhận dạng mình là những người theo thuyết cơ bản trong tôn giáo, và bố mẹ có trình độ kém hơn.

Nguồn gốc định hướng tình dục vẫn chưa được hiểu thấu đáo. Tuy nhiên, các nhà khoa học bác bỏ một số quan điểm về nguồn gốc định hướng tình dục. Nghiên cứu (Bell, Weinberg, & Hammersmith, 1981; Golombok & Tasker, 1996; Patterson, 1992) chứng minh mỗi quan điểm sau đều *sai:*

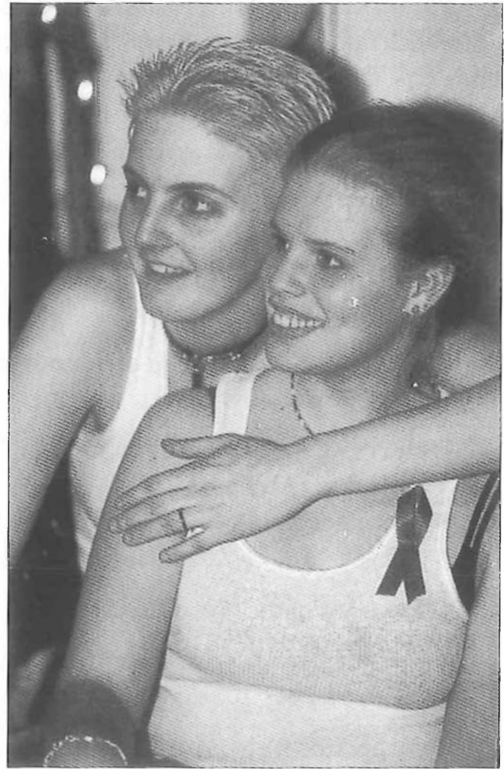
- con trai trở thành nam đồng tính khi được mẹ độc đoán và bố nhu nhược nuôi dưỡng.
- con gái trở thành nữ đồng tính khi có bố là người mẫu vai trò chính.
- con được bố mẹ là nam đồng tính và nữ đồng tính nuôi dưỡng thường đi đến việc chấp nhận định hướng tình dục của bố mẹ.
- người lớn là nam đồng tính và nữ đồng tính khi còn nhỏ bị một người lớn cùng phái dụ dỗ.

Sau đó điều gì xác định định hướng tình dục của một người? Yếu tố chính xác có lẽ khác nhau ở từng người nhưng nhiều

nhà khoa học ngày nay có chung quan điểm cho rằng Sinh học đóng một vai trò quan trọng. Một số chứng cứ cho thấy di truyền và nội tiết tố ảnh hưởng đến định hướng tình dục (Hamer và người khác, 1993; Meyer-Bahlberg và người khác, 1995). Một quan điểm thuyết phục khác (Bern, 1996) cho rằng gien và nội tiết tố không thúc đẩy định hướng tình dục nhưng dẫn đến tính tình ảnh hưởng sở thích của trẻ con đối với hành vi cùng và khác phái. Trẻ con không thích hành vi điển hình của giới tính sẽ tự xem mình là người khác biệt, sau cùng dẫn đến một nhận dạng giới tính khác nhau.

Mặc dù nguồn gốc định hướng tình dục vẫn chưa rõ ràng nhưng điều chắc chắn là cá nhân nam đồng tính và nữ đồng tính đối mặt với nhiều thử thách đặc biệt. Gia đình và các mối quan hệ bạn đồng tuổi của họ thường bị phá vỡ. Họ thường chỉ trích bằng lời và tấn công thể xác. Dựa vào những vấn đề này, không có gì ngạc nhiên khi thanh niên nam đồng tính và nữ đồng tính thường gặp các rối loạn sức khỏe tâm thần như lo âu và trầm cảm (D'Augelli, 1996; Hershberger & D'Augelli, 1995; Rotheram-Borus và người khác, 1995).

Trong những năm gần đây, thay đổi xã hội đã giúp thanh niên nam nữ đồng tính phản ứng hiệu quả hơn đối với những thử thách đặc biệt này. Vết nhơ "chính thức" đi kèm với tình trạng nam nữ đồng tính được gỡ bỏ vào năm 1973 khi Hiệp hội tâm lý Mỹ và Hiệp hội Tâm thần Mỹ tuyên bố rằng tình dục đồng giới không phải là rối loạn tâm lý. Những thay đổi có ích khác bao gồm nhiều mô hình vai trò nam nữ đồng tính hơn (và dễ nhìn thấy hơn) giống như cặp trong ảnh chụp, và có nhiều trung tâm dành cho thanh niên nam nữ đồng tính trong thành phố hơn. Những tài nguyên này giúp thanh niên nam nữ đồng tính dễ tìm hiểu định hướng tình dục của mình hơn và dễ giải quyết nhiều yêu cầu khác của thanh niên hơn.



ĐÁNH THỨC QUAN TÂM TÌNH DỤC

Một phần trong thử nghiệm và tìm hiểu có ở thanh niên liên quan đến tình dục. Hoạt động tình dục là vấn đề trọng tâm đối với thanh niên vì sự tham gia mối quan hệ yêu đương của họ ngày càng tăng. Tình dục cũng là một vấn đề nổi bật vì truyền hình và phim ảnh liên tục chú trọng vấn đề này và vì trẻ vị thành niên xem tình dục như cách xác lập địa vị người lớn.

Nhiều trẻ vị thành niên lần đầu tiên trải qua hoạt động tình dục bằng cách thủ dâm, *tự kích thích cơ quan sinh dục.* Trẻ vị thành niên nam có nhiều khả năng thủ dâm hơn nữ và bắt đầu thủ dâm ở độ tuổi nhỏ hơn (Oliver & Hyde, 1993). Từ thủ dâm, tình dục chuyển dần sang mồm, vuốt ve nửa thân trên, vuốt ve nửa thân dưới và giao hợp. Cuối tuổi vị thành niên, hầu hết trẻ con Mỹ đều giao hợp ít nhất một lần (Jakobsen, 1997; Miller và người khác, 1997; Rodgers & Rowe, 1993).

Tại sao một số trẻ vị thành niên hoạt động tình dục trong khi số trẻ vị thành niên khác thì không? Có nhiều yếu tố (Capaldi, Crosby, & Stoolmiller, 1996; DiBlasio & Benda, 1990; Windle & Windle, 1996). Trẻ vị thành niên có nhiều khả năng hoạt động tình dục khi:

- nghĩ rằng bố mẹ có thái độ tích cực về hoạt động tình dục
- nghĩ rằng bạn bè của mình cũng có hoạt động tình dục
- cho rằng phần thưởng của hoạt động tình dục (như sự gần gũi cơ thể và cảm xúc) nhiều hơn cái giá phải trả (tội lỗi và sợ có thai hoặc bệnh tật)
- thấp hơn lời cam kết tôn giáo
- trưởng thành sớm và bắt đầu hẹn hò ở độ tuổi tương đối nhỏ
- có bạn đồng tuổi và vấn đề hạnh kiểm khi còn nhỏ

Vì thế, hoạt động tình dục phản ánh ảnh hưởng của bố mẹ và bạn đồng tuổi cũng như suy nghĩ, giá trị và kinh nghiệm của cá nhân.

Hành vi tình dục của trẻ vị thành niên là nguyên nhân đáng lo ngại vì có hậu quả suốt đời. Trong các trang sau, chúng ta sẽ cân nhắc một số vấn đề này.

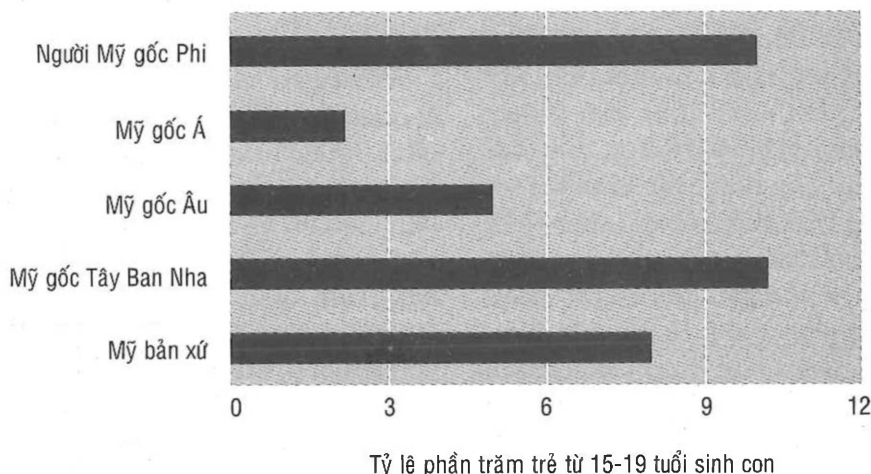
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Theo quan điểm "bão tố và căng thẳng" ở trẻ vị thành niên, hành vi tình dục là cách duy nhất để trẻ vị thành niên phản đối lại bố mẹ. Nghiên cứu về hoạt động tình dục ở trẻ vị thành niên có ủng hộ dự đoán này hay không?

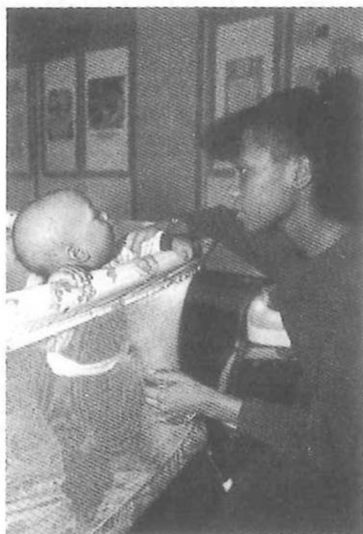
Mang thai ở tuổi vị thành niên

Trong 10 trẻ vị thành niên nữ ở Mỹ thì có 1 mang thai. Khoảng 60% trẻ vị thành niên sinh con, 40% còn lại phá thai (Henshaw, 1993). Bạn có thể thấy trong biểu đồ bên dưới, trẻ vị thành niên Mỹ gốc Phi và Mỹ gốc Tây Ban Nha có nhiều khả năng trở thành các bà mẹ ở tuổi vị thành niên, trẻ vị thành niên Mỹ gốc Á ít có khả năng này (Ventura và người khác, 1997).

Đối với các bà mẹ tuổi vị thành niên và con như trong ảnh (trang 351), tương lai không có hứa hẹn. Đứa trẻ gặp vấn đề sức khỏe, phần lớn là vì hầu hết các bà mẹ tuổi vị thành niên ít được chăm sóc hoặc không được chăm sóc trước khi sinh. Khi lớn lên, con của các bà mẹ tuổi vị thành niên thường học tập kém và có rối



Tỷ lệ phần trăm trẻ từ 15-19 tuổi sinh con



loạn hành vi nhiều hơn (Dryfoos, 1990). Đối với các bà mẹ, học vấn dang dở, nghèo đói và vấn đề hôn nhân cũng phổ biến (Allen và người khác, 1997; Furstenberg, Brooks-Gunn, & Morgan, 1987). Dĩ nhiên, không phải bà mẹ tuổi vị thành niên và con của họ cũng đều có cuộc sống buồn nản này. Một số bà mẹ tuổi vị thành niên đã học hành chu đáo, có công việc lương cao, và có hôn nhân hạnh phúc, con của họ tốt về mặt học thuật lẫn xã hội. Tuy nhiên, chúng ta cần nhấn mạnh rằng mang thai ở tuổi vị thành niên có "kết cục hạnh phúc" chắc chắn là ngoại lệ, vì hầu hết các bà mẹ tuổi vị thành niên và con họ cuộc sống là cuộc vật lộn gay go.

Giải pháp đối với sự mang thai ở tuổi vị thành niên trông có vẻ khá đơn giản – không quan hệ tình dục hoặc dùng thuốc tránh thai – nhưng như bạn thấy trong một vài trang sau, vấn đề phức tạp hơn nhiều. Trước hết chúng ta khảo sát vấn đề khác đi kèm với tình dục ở trẻ vị thành niên.

Các bệnh lây qua đường sinh dục

Nhiều bệnh lây truyền từ người này sang người khác do giao hợp. Chẳng hạn, bệnh mụn giộp và mụn cóc ở cơ quan sinh dục là hai bệnh truyền nhiễm do virus rất thường gặp. Các bệnh khác như chlamydia, giang mai và bệnh lậu đều do vi khuẩn gây ra . Mặc dù những bệnh này có biến chứng nghiêm trọng nếu không chữa trị, thông thường được chữa trị bằng thuốc penicillin. Trái lại, chẩn đoán vẫn chưa rõ đối với những cá nhân bị nhiễm virus suy giảm miễn dịch ở người (HIV), thường dẫn đến hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải (AIDS). Ở bệnh nhân bệnh AIDS, hệ miễn dịch không còn khả năng bảo vệ cơ thể tránh bị nhiễm trùng, và bệnh nhân thường chết do một trong số những bệnh nhiễm trùng này.

Thanh niên mới lớn – ở độ tuổi 20 – chiếm khoảng 15% tổng số các trường hợp bệnh AIDS ở Mỹ (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997). Hầu hết những thanh niên này nhiễm bệnh trong trẻ vị thành niên. Nhiều yếu tố làm cho trẻ vị thành niên dễ mắc bệnh AIDS. Trẻ vị thành niên và thanh niên mới lớn có nhiều khả năng hơn người lớn khi quan hệ tình dục không an toàn và sử dụng chất gây nghiện tiêm dưới da – vốn là đường lây truyền AIDS thường gặp. Trẻ vị thành niên thường quan hệ tình dục với nhiều bạn tình, gia tăng nguy cơ tiếp xúc với bệnh.

Tình dục an toàn? Không quan hệ tình dục?

Trẻ vị thành niên có thể giảm bớt nguy cơ mang thai và bị nhiễm các bệnh lây truyền qua đường tình dục nếu uống thuốc ngừa thai hoặc tránh giao hợp với nhiều người. Trước chúng ta đề cập về thuốc ngừa thai. Chỉ một số ít trẻ vị thành niên hoạt động tình dục áp dụng biện pháp ngừa thai. Những ai thường áp dụng các biện pháp không hiệu quả hoặc tránh xuất tinh trong âm đạo hoặc áp dụng không nhất quán (Besharov & Gardiner, 1997; Hội đồng nghiên cứu quốc gia, 1987).

Việc sử dụng thuốc ngừa thai không thường xuyên và không hiệu quả của trẻ

vị thành niên có thể do một số yếu tố (Adler, 1994; Gordon, 1996):

- *Xem thường.* Nhiều trẻ vị thành niên hiểu biết sai lầm về vấn đề thụ thai. Chẳng hạn, nhiều trẻ không biết khi nào dễ thụ thai nhất trong chu kỳ kinh nguyệt.
- *Ảo tưởng mình không bị nhiễm bệnh.* Có quá nhiều trẻ vị thành niên phủ nhận thực tế. Họ nghĩ rằng mình không bị nhiễm bệnh – "điều đó không thể xảy ra cho tôi" – chỉ có người khác mới có thai hoặc nhiễm AIDS.
- *Thiếu động cơ.* Đối với một số trẻ vị thành niên, có thai là điều hấp dẫn. Như Rebecca trong phần minh họa, họ tưởng tượng mình có con như là cách để ra riêng, có được tình trạng giống như người lớn sống độc lập và có "một ai đó yêu thương mình".
- *Tiếp cận với thuốc ngừa thai.* Một số trẻ vị thành niên không biết mua thuốc ngừa thai ở đâu. Số khác cảm thấy lúng túng khi tìm mua. Vẫn còn nhiều em không biết cách uống thuốc ngừa thai.

Một chiến lược giảm bớt sự mang thai ở trẻ vị thành niên và trường hợp nhiễm AIDS ở trẻ vị thành niên bao gồm việc bán thuốc ngừa thai đại trà. Trong nhiều trường trung học cơ sở và phổ thông trên khắp nước Mỹ, học sinh có thể xin cấp thuốc ngừa thai, ở phòng khám y tế đặt trong trường học. Nhiều chương trình đòi hỏi phải có sự đồng ý của bố mẹ mới mua được thuốc ngừa thai, nhưng một số thì không.

Cung cấp thuốc ngừa thai trong trường học không phải là giải pháp duy nhất đối với sự mang thai ở trẻ vị thành niên. Các chương trình giáo dục rộng hơn trình bày sự thật về tình dục, mang thai ở trẻ vị thành niên, AIDS, và thuốc ngừa thai có thể hiệu quả đối với trẻ vị thành niên, vốn chỉ thường hỏi thăm bạn đồng tuổi thông tin về sức khỏe và quan hệ tình dục (Boyer & Hein, 1991). Những chương trình như thế không những phổ biến kiến thức sinh học thích hợp mà còn bao gồm tiêu điểm về hành vi tình dục có trách nhiệm hoặc kiêng cữ quan hệ tiền hôn nhân (Dryfoos, 1990).

Một chương trình hiệu quả được gọi là "Tạm hoãn hoạt động tình dục" (Howard & McCabe, 1990). Dưới sự hướng dẫn của trẻ vị thành niên lớn tuổi hơn, qua lớp đào tạo, học sinh thảo luận áp lực buộc phải tham gia hoạt động tình dục, "giới hạn" chung mà trẻ vị thành niên áp dụng khi quyến rũ người khác quan hệ tình dục, và các chiến lược đối phó với những giới hạn này. Cùng với thảo luận là cơ hội dành cho học sinh thực hành các chiến lược trong các buổi đóng vai trò. Học sinh tham gia những chương trình này ít có khả năng giao hợp hơn, khi giao hợp thì có nhiều khả năng sử dụng thuốc ngừa thai hơn (Howard & McCabe, 1990).

Kết luận là trẻ vị thành niên cần nhiều câu cách ngôn dễ nhớ hơn như "Tình yêu chân chính phải biết chờ đợi". Tình yêu và tình dục là vấn đề vô cùng phức tạp, rất nhiều cảm xúc, thậm chí đối với người lớn, chương trình hiệu quả thừa nhận sự phức tạp này và cố cung cấp cho trẻ vị thành niên kỹ năng hữu dụng để giải quyết nhiều vấn đề liên quan đến hoạt động tình dục đang xuất hiện ở trẻ.

Những kỹ năng như giữa cá nhân với nhau này cũng rất quan trọng trong việc

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Giả sử bạn được yêu cầu viết một quyển sách mỏng về nguy cơ tiềm năng của quan hệ tình dục cho học sinh trung học. bạn sẽ viết gì?

tìm hiểu các vấn đề khác đi kèm với hành vi tình dục ở trẻ vị thành niên và thanh niên mới lớn.

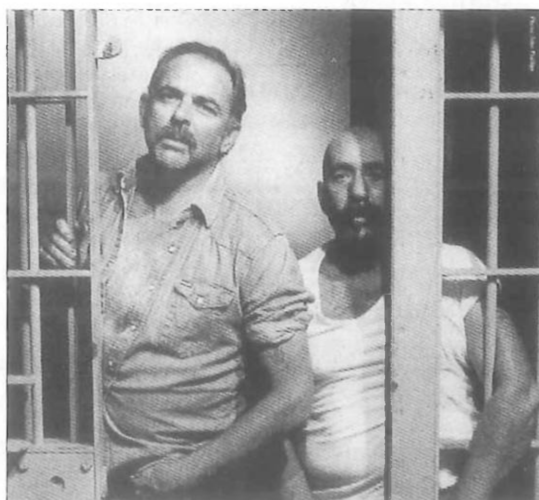
Ép buộc quan hệ

Cindy kể rằng bạn trai của cô "vén váy của cô lên, lột vớ cô ra khi cô đã say mèm. Sau đó anh ta đè lên người tôi và bắt đầu làm tình". *Như Cindy, nhiều trẻ vị thành niên và phụ nữ trẻ bị bạn trai họ quen ép buộc phải giao hợp, một tình huống gọi là* hiếp dâm hẹn hò *hoặc* hiếp dâm quen biết (Ogletree, 1993). Sự xã hội hóa vai trò giới tính truyền thống giúp ấn định giai đoạn ép buộc quan hệ. Nam giới hiểu rằng động cơ hoạt động tình dục mãnh liệt là dấu hiệu của nam tính. Nữ giới hiểu rằng hấp dẫn tình dục là một cách để giành sự chú ý của phái nam. Tuy nhiên, "con nhà lành" được cho rằng không quan tâm đến tình dục và chống lại sự cám dỗ quan hệ. Cả hai phái đều hiểu những kỳ vọng này, do đó, nam giới thường nghĩ rằng phái nữ sẽ nói "không" vì người ta nghĩ ra phái nữ nên nói "không" không phải vì phái nữ thực sự không muốn chuyện ấy (Muehlenhard, 1988). Trừ khi và đôi lúc thậm chí khi phái nữ muốn nói thật dứt khoát, "KHÔNG! Tôi không muốn chuyện này!" – một trẻ vị thành niên hoặc nam thanh niên mới lớn thường nghĩ rằng, một cách không chính xác và tự đề cao mình, cô ấy quan tâm quan hệ cũng giống như mình (Kowalski, 1992).

Nhiều trường hợp làm tăng khả năng trẻ vị thành niên và thanh niên mới lớn sẽ hiểu lầm hoặc phớt lờ lời nói bằng lời hoặc không bằng lời của phái nữ về ý muốn quan hệ. Chẳng hạn, uống rượu say thường làm giảm khả năng của phái nữ muốn trình bày một thông tin dứt khoát và làm cho phái nam ít có khả năng và ít có khuynh hướng hiểu những thông tin như thế (Abbey, 1991). Tương tự, khi phái nữ ăn mặc gợi cảm, phái nam cho rằng cô ấy quan tâm quan hệ tình dục và có thể phớt lờ những gì cô ấy nói (Cassidy & Hurrell, 1995). Một yếu tố khác là lịch sử quan hệ tình dục của một cặp nào đó. Nếu cặp này đã có quan hệ từ lúc trước thì người nam thường gạt bỏ lời phản đối của người nữ, hiểu rằng đó chỉ là suy nghĩ nhất thời có thể khắc phục dễ dàng (Shotland & Goodstein, 1992).

Hầu hết chương trình giải quyết hiếp dâm hẹn hò nhấn mạnh ý nghĩa quan trọng của truyền đạt. Trong một chương trình, quảng cáo như trong ảnh chụp bên dưới dùng để khuyến khích phái nam và nữ truyền đạt về quan hệ tình dục. Các cuộc hội thảo hiếp dâm hẹn hò trình bày một tiếp cận khác (Feltey, Ainslie, & Geib, 1991). Hầu hết chương trình nhấn mạnh sự cần thiết đối với phái nữ là phải rõ ràng và nhất quán trong việc bày tỏ ý định của mình. Trước khi tham gia quan hệ, phái nam cần phải hiểu ý định của phái nữ, không phải bằng cách giả định rằng mình đã biết. Đây là một số hướng dẫn thường được trình bày trong các hội thảo như thế, bạn sẽ thấy chúng rất có ích (Allgeier & Allgeier, 1995):

1. Biết rõ chính sách quan hệ của chính mình. Xác định khi nào sự thân mật tình dục có thể chấp nhận đối với bạn.



2. Truyền đạt những chính sách này thẳng thắn và rõ ràng.
3. Tránh ở một mình với một người cho đến khi bạn truyền đạt rõ những chính sách này và nghĩ rằng bạn có thể tin cậy người đó.
4. Tránh uống rượu hoặc các chất gây nghiện khác khi bạn ở chung với người mà bạn không muốn quan hệ tình dục.
5. Nếu có ai đó cố dùng vũ lực ép buộc bạn quan hệ, hãy phản đối: trước tiên là nói, nhưng phải vùng vẫy và hét lớn nếu cần.

Phần Tự tìm hiểu đưa ra các phương pháp giúp bạn có nhiều thông tin hơn về ép buộc quan hệ.



TỰ TÌM HIỂU: NHẬN BIẾT NHIỀU HƠN VỀ TẤN CÔNG TÌNH DỤC TRONG KHU TRƯỜNG SỞ

Trong những năm gần đây, các trường đại học và cao đẳng ở Mỹ đã chọn một lập trường dễ thấy và kiên quyết hơn nhiều chống lại tấn công tình dục và hiếp dâm hẹn hò. Ngày nay có nhiều hoạt động và dịch vụ nhằm mục đích ngăn ngừa tấn công tình dục và giúp đỡ những ai vốn là nạn nhân của sự tấn công này. Hầu hết các trường đại học đều có văn phòng, thường kết hợp với phục vụ sinh viên, giải quyết các vấn đề của phụ nữ. Những văn phòng này đưa ra chương trình giáo dục cũng như tư vấn và khuyên nhủ phụ nữ gặp vấn đề. Một số khu trường sở tăng cường nhận thức về tấn công tình dục bao gồm tổ chức hội thảo, chiếu phim, diễn kịch nhằm mục đích tăng thêm sự hiểu biết về vấn đề đi kèm với tấn công tình dục. Trong một số khu trường sở, đưa ra các chương trình tự vệ cho phái nữ. Trong những chương trình này, thường do cảnh sát phụ trách khu trường sở chủ trì, phụ nữ được hướng dẫn cách làm giảm bớt rủi ro bị tấn công và cách tự vệ nếu bị người khác tấn công.

Hãy tìm hiểu trong khu trường sở của mình có dịch vụ và hoạt động này hay không. Thật khó biết được trường cao đẳng hoặc đại học của bạn giải quyết vấn đề liên quan đến tấn công tình dục và hiếp dâm hẹn hò như thế nào, hãy nghĩ cách làm cách nào để cho bạn bè phái nữ của mình biết về thông tin này. Và nếu không có một số dịch vụ và hoạt động này bạn hãy nghĩ cách kiến nghị để trường thành lập. Hãy tự tìm hiểu!

TỰ KIỂM TRA

1. Đối với sinh viên đại học, ba chức năng hẹn hò chính là tìm hiểu tiêu chuẩn hành vi của người lớn, tính thân mật và ______.
2. Cho đến khi ______ hầu hết cá nhân nam nữ đồng tính mới công khai bày tỏ định hướng tình dục của mình.
3. ______ rõ ràng đóng vai trò quan trọng trong việc xác định định hướng tình dục.
4. Khi bố mẹ chấp nhận quan hệ tình dục thì con ở tuổi vị thành niên ______.
5. Trẻ con có mẹ là trẻ vị thành niên thường gặp vấn đề suy nghĩ, học tập kém và thường có ______.
6. Trẻ vị thành niên dễ bị nhiễm AIDS vì có quan hệ tình dục không an toàn và vì ______.

7. Trẻ vị thành niên thường không dùng thuốc ngừa thai do xem thường, ảo tưởng không bị nhiễm bệnh, không biết mua thuốc ngừa thai ở đâu và______.
8. Hiếp dâm hẹn hò có nhiều khả năng xảy ra nếu cả hai đã uống rượu và nếu đôi bạn này ______.
9. Trước tiên hãy xem chức năng hẹn hò, liệt kê ở trang 299, rồi sau đó ôn lại chương 5, nơi chúng ta thảo luận sự khác nhau trong cách tương tác với bạn đồng tuổi ở bé trai và bé gái. Những kiểu tương tác này chuẩn bị cho bé trai và bé gái tham gia mối quan hệ yêu đương lãng mạn tốt đến mức nào?

Trả lời: (1) bầu bạn, (2) thanh niên mới lớn, (3) sinh học, (4) có nhiều khả năng hoạt động tình dục, (5) rối loạn hành vi, (6) đôi khi thử dùng chất gây nghiện tiêm dưới da, (7) vì bé gái xem việc mang thai là dấu hiệu độc lập giống người lớn, (8) có quan hệ tình dục trước đó.

NHÌN VÀO MẶT TRÁI: VẤN ĐỀ PHÁT TRIỂN THANH NIÊN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tại sao trẻ vị thành niên uống rượu?**
- **Điều gì khiến cho một số trẻ vị thành niên bị trầm cảm? Trầm cảm có thể chữa trị ra sao?**
- **Nguyên nhân gì dẫn đến sự phạm pháp của trẻ vị thành niên?**

Nhìn vào mặt trái: Vấn đề phát triển thanh niên

Sử dụng chất gây nghiện

Trầm cảm

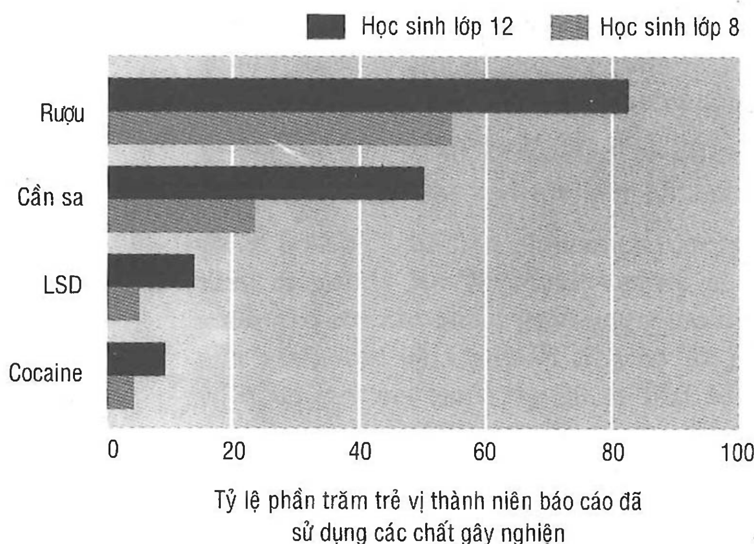
Phạm pháp

ROD là một học sinh xuất sắc và cũng là người tổ chức tấn công trong đội bóng rổ trung học. Anh đang chờ đợi Peggy, cô bạn đời lớn tuổi hơn trả lời, và muốn cùng cô học đại học ở tiểu bang vào mùa thu. Sau đó, vì buồn chán, Peggy bỏ Rod và chuyển sang quen một tay đánh trống trong ban nhạc rock ở địa phương. Rod bàng hoàng, đau khổ. Không có Peggy, cuộc đời chẳng có ý nghĩa gì cả. Bóng rổ và trường đại học cũng chẳng có ý nghĩa gì. Một ngày nào đó Rod tự hỏi liệu mình có nên tự tử để làm vơi vết thương lòng hay không.

Một số thanh niên không thích nghi tốt trước yêu cầu và trách nhiệm của tuổi thanh niên và phản ứng theo cách không có lợi. Trong phần cuối này, chúng ta xét đến 3 vấn đề, thường có sự liên quan với nhau, nghĩa là ba chữ D trong sự phát triển của thanh niên: chất gây nghiện (Drugs), trầm cảm (Depression) và phạm pháp (Delinquency). Khi chúng ta nghiên cứu những vấn đề này, bạn sẽ hiểu tại sao Rod khổ sở như thế nếu không có Peggy.

SỬ DỤNG CHẤT GÂY NGHIỆN

Trong suốt lịch sử, con người sử dụng nhiều chất làm thay đổi hành vi, suy nghĩ và cảm xúc của mình. Ngày nay, chất gây nghiện thường được sử dụng phổ biến ở Mỹ như rượu, cần sa, thuốc tạo ảo giác (như



LSD), heroin, cocaine, barbiturate, và amphetamine. Biểu đồ bên trên mô tả một bức tranh đáng ngạc nhiên về việc sử dụng chất gây nghiện ở trẻ vị thành niên Mỹ (Nghiên cứu giám sát tương lai, 1997). Thật ra, hầu hết trẻ vị thành niên đều tránh dùng chất gây nghiện, nhưng ngoại trừ rượu. Đa số học sinh cuối cấp phổ thông trung học đều uống rượu trong tháng trước (Nghiên cứu giám sát tương lai, 1997).

Uống rượu ở trẻ vị thành niên

Tại sao nhiều trẻ vị thành niên uống rượu như thế? Có nhiều lý do trả lời (Fields, 1992):

- *Thử nghiệm* – thử dùng một chất mới gì đó
- *Thư giãn* – một phương tiện để giảm căng thẳng
- *Né tránh* – tránh thế giới thật khó chịu hoặc khắc nghiệt
- *Cảm giác hưng phấn* – tăng thái độ tự tin, thường bằng cách giảm bớt những ức chế của mình

Dĩ nhiên, những lý do này không áp dụng cho tất cả trẻ vị thành niên. Một số không hề uống rượu. Số khác chỉ thử uống trong thời gian ngắn, rồi sau đó quyết định không uống rượu nữa. Tuy nhiên, vẫn còn nhiều người khác rượu chè say sưa: gồm 1/3 học sinh cuối cấp phổ thông trung học báo cáo trong vòng hai tuần trước uống từ 5 lần trở lên (Johnston và người khác, 1993).

Điều gì xác định liệu một trẻ vị thành niên có gia nhập vào đa số uống rượu hay không? Có nhiều yếu tố (Petraitis, Flay, & Miller, 1995). Bố mẹ là phương tiện xác định sự uống rượu của trẻ vị thành niên. Khi uống rượu là một phần quan trọng trong đời sống xã hội của bố mẹ – chẳng hạn, sau giờ làm việc ghé vào quán rượu hoặc mời bạn bè đi nhậu – trẻ vị thành niên rõ ràng hiểu rằng uống rượu là một hoạt động thú vị và bản thân nó có nhiều khả năng uống rượu hơn. Trái lại, khi bố mẹ không hề uống rượu hoặc hạn chế sự uống rượu của mình ở số lượng rất nhỏ để kết thúc bữa ăn thì con cái ít có khả năng uống rượu hơn (Andrews, Hops, & Duncan, 1997; Kline, Canter, & Robin, 1987).

Không có gì phải ngạc nhiên, bạn đồng tuổi cũng rất quan trọng. Như trong ảnh (trang 357), nhiều trẻ vị thành niên uống rượu vì bạn đồng tuổi của mình cũng uống rượu và sử dụng áp lực đối với đứa



trẻ muốn gia nhập nhóm (Dielman và người khác, 1992).

Sau cùng, như người lớn, nhiều trẻ vị thành niên uống rượu để đối phó với căng thẳng. Trẻ vị thành niên báo cáo gặp căng thẳng trong cuộc sống thường xuyên – rắc rối với bố mẹ, có vấn đề trong mối quan hệ giữa cá nhân với nhau hoặc gặp rắc rối trong trường học – có nhiều khả năng uống rượu và uống rượu thường xuyên hơn (Rhodes & Jason, 1990; Windle & Windle, 1996).

Vì uống rượu ở tuổi vị thành niên có nhiều nguyên nhân nên không có tiếp cận duy nhất nào có khả năng loại trừ sự lạm dụng rượu. Trẻ vị thành niên uống rượu để giảm căng thẳng có thể hưởng lợi từ liệu pháp giúp đứa trẻ các phương tiện đối phó với căng thẳng hiệu quả hơn. Các chương trình trong trường học mang tính tương tác – thảo luận do học sinh chủ trì – có thể hiệu quả trong việc tuyên truyền sự thật về uống rượu và chiến lược chống lại áp lực uống rượu của bạn đồng tuổi (Baker, 1988; Tobler & Stratton, 1997).

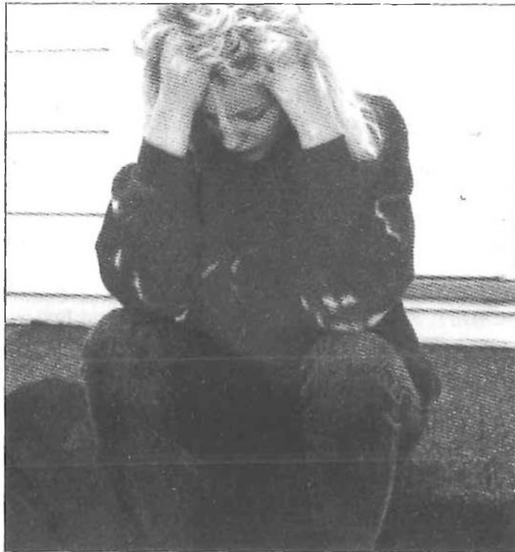
TRẦM CẢM

Đôi khi trong cuộc sống, có lẽ bạn cũng có lúc buồn chán – vào những ngày ấy bạn thấy mình uể oải, thiếu sinh khí, không thiết tham gia các hoạt động mà thường ngày mình rất thích. Bạn muốn ở một mình, và có lẽ bạn không tin khả năng của mình nữa. Những cảm giác này hoàn toàn bình thường, thường được giải thích như phản ứng đối với các sự kiện cụ thể, và biến mất chỉ trong vài giờ hoặc vài ngày. Chẳng hạn, sau chuyến nghỉ hè thú vị cùng gia đình và bạn bè, bạn cảm thấy buồn chán khi nghĩ đến chuyện phải trở lại trường học học tiếp các khóa học mới, khó khăn. Tuy nhiên, tâm trạng của bạn được cải thiện khi bạn quen bạn mới và tham gia các hoạt động trong khu trường sở.

Lúc này bạn hãy tưởng tượng mình đang có những triệu chứng tương tự này liên tục trong cả tuần hoặc cả tháng. Cũng giả sử rằng bạn ăn không ngon, ít ngủ và không thể tập trung. *Cảm giác buồn chán, cáu kỉnh và thái độ tự trọng thấp báo cho biết một người bị* trầm cảm. Khoảng 3 – 10% trẻ vị thành niên bị trầm cảm, nữ bị nhiều hơn nam (Nolen-Hoeksema & Girgus, 1994).

Nghiên cứu cho thấy giận dữ, bất hạnh và cáu kỉnh thường chi phối cuộc sống của trẻ vị thành niên trầm cảm. Họ nghĩ rằng thành viên trong gia đình, bạn bè và bạn trong lớp không thân thiện với mình (Cole & Jordan, 1995). Trẻ vị thành niên trầm cảm thích ở một mình nhiều hơn là trẻ vị thành niên không bị trầm cảm (Larson và người khác, 1990). Không phải hài lòng và bổ ích, cuộc sống đối với trẻ vị thành niên bị trầm cảm hoàn toàn trống rỗng, không có gì vui thú.

Đối với một số trẻ vị thành niên, trầm cảm do một sự kiện trong cuộc sống gợi ra dẫn đến những củng cố kém tích cực hơn. Mất đi một người bạn chẳng hạn có thể tước đi nhiều tương tác và kinh nghiệm bổ ích ở trẻ vị thành niên làm cho trẻ vị thành niên cảm giác buồn. Cảm giác thờ ơ, bơ phờ, sầu muộn như cô gái trong ảnh (trang 358), trẻ vị thành niên rút lui khỏi sự tương tác xã hội, bằng cách này



bỏ qua các cơ hội có được kinh nghiệm bổ ích. Tình huống này nhanh chóng xuống cấp rơi vào vòng lẩn quẩn trong đó trẻ vị thành niên bị trầm cảm ngày càng trầm cảm hơn và có nhiều khả năng tránh sự tương tác có thể giúp đứa trẻ thoát khỏi sự trầm cảm (Lewinsohn & Gotlib, 1995).

Trầm cảm thường bắt đầu bằng một tình huống trong đó trẻ vị thành niên cảm thấy bất lực không thể kiểm soát kết quả. Hãy nhớ Rod, trẻ vị thành niên trong phần minh họa. Bạn gái của cậu ta là tâm điểm trong cuộc sống của cậu. Sau khi bất ngờ bị bỏ rơi, cậu cảm thấy bất lực không thể kiểm soát số mệnh của mình. Tương tự, một vận động viên thi đấu rất kém trong trận đấu tranh chức vô địch vì ốm, hoặc một học sinh cuối cấp phổ thông có điểm thấp trong kỳ thi SAT do gia đình lục đục vào đêm trước kỳ thi. Trong mỗi trường hợp, trẻ vị thành niên không thể làm gì khác hơn để tránh một kết quả không đáng mong muốn. Hầu hết trẻ vị thành niên nhận thấy cảm giác bất lực như thế mang tính cụ thể trong từng trường hợp cụ thể. *Trong* bất lực tập quen, *trẻ vị thành niên và người lớn khái quát hóa những cảm giác bất lực này và nghĩ rằng mình luôn phó mặc cho các sự kiện bên ngoài, không hề có khả năng kiểm soát số mệnh của mình.* Cảm giác bất lực tập quen như thế thường làm tăng trầm cảm (Peterson, Maier, & Seligman, 1993).

Cảm giác như những cảm giác này không làm cho mọi trẻ vị thành niên bị trầm cảm. Một số trông có vẻ dễ bị trầm cảm hơn số khác, điều này khiến cho các nhà khoa học tìm kiếm yếu tố Sinh học. Nghiên cứu trẻ song sinh và con nuôi cho thấy di truyền dứt khoát có phần trong bệnh trầm cảm. Cơ chế sinh hóa dường như bao gồm chất truyền thần kinh (Sevy, Mendlewicz, & Mendelbaum, 1995). *Một số trẻ vị thành niên trầm cảm có lượng* norepinephrine *và* serotonin *giảm sút, đây là những chất truyền thần kinh điều tiết trung tâm não giúp cho con người có cảm giác thú vị.* Một số trong có cảm giác trầm cảm vì lượng chất truyền thần kinh thấp hơn khiến cho trẻ cảm thấy khó có cảm giác vui vẻ, hạnh phúc và các cảm xúc thích thú khác (Peterson, 1996).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Trầm cảm minh họa sự tương tác giữa các tác động sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội đối với sự phát triển ra sao?

Điều trị trầm cảm

Điều cần thiết là phải điều trị trầm cảm nếu không trẻ vị thành niên trầm cảm dễ gặp các vấn đề nghiêm trọng hơn (kể cả tự tử, được khảo sát trong phần Bạn có thể ngạc nhiên). Người ta thường dùng hai tiếp cận chung để điều trị trầm cảm (Kazdin, 1990). Một tiếp cận là phân phối thuốc chống trầm cảm nhằm mục đích chỉnh lại sự mất cân bằng trong chất truyền thần kinh. Thuốc Prozac nổi tiếng

chẳng hạn làm giảm trầm cảm bằng cách gia tăng lượng serotonin (Peterson, 1996). Tiếp cận khác là tâm lý liệu pháp. Hiện đang có nhiều hình thức khác nhau (Lewinsohn & Gotlib, 1995; Sacco & Beck, 1995), nhưng hiệu quả nhất là hướng dẫn kỹ năng xã hội – sao cho trẻ vị thành niên có được tương tác xã hội bổ ích – và tái cấu trúc cách giải thích, cách hiểu của trẻ con đối với sự kiện, sao cho trẻ vị thành niên hiểu được tình huống và sử dụng quyền kiểm soát cuộc đời mình.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: PHÒNG TRÁNH TỰ TỬ Ở TRẺ VỊ THÀNH NIÊN



Tự tử là nguyên nhân gây tử vong đứng hàng thứ ba (sau tai nạn và giết người) ở trẻ vị thành niên Mỹ (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1993). Trong 100 trẻ vị thành niên có khoảng 10 trẻ báo cáo ít nhất có một lần tính tự tử nhưng trong 10.000 trẻ vị thành niên thì chỉ có 1 là tự tử thật. Tự tử thường gặp ở nam nhiều hơn nữ, ở trẻ vị thành niên Mỹ gốc Âu nhiều hơn Mỹ gốc Phi. Tuy nhiên, trẻ vị thành niên Mỹ bản địa có tỉ lệ tự tử cao nhất so với các nhóm dân tộc thiểu số ở Mỹ (Garland & Zigler, 1993).

Trầm cảm là dấu hiệu báo trước cho tự tử, lạm dụng chất gây nghiện là một dấu hiệu khác (Rich, Sherman, & Fowler, 1990; Summerville, Kaslow, & Doepke, 1996). Một vài trường hợp tự tử mang tính tự phát, trong hầu hết trường hợp, đều có dấu hiệu cảnh báo (Atwater, 1992). Đây là một số dấu hiệu thường gặp:.

- đe dọa tự tử
- bị cái chết ám ảnh
- thay đổi trong thói quen ăn ngủ
- không còn thiết tha những hoạt động vốn ưa thích trước đây
- thay đổi đáng kể trong nhân cách
- luôn có cảm giác buồn chán và bất lực
- cho hết đồ sở hữu đáng giá

Nếu bạn biết có người có những dấu hiệu này, đừng bỏ mặc họ. Bạn hãy hỏi thăm người ấy đang có dự định gì. Hãy bình tĩnh và giúp đỡ, nếu người ấy có vẻ như chuẩn bị tự tử, đừng để người ấy ở một mình. Hãy ở bên họ cho đến khi bạn bè hoặc người thân khác đến. Điều quan trọng hơn: hãy *cố khuyên trẻ* vị thành niên đến khám ở chuyên khoa. Liệu pháp là điều cần thiết trong việc điều trị cảm giác trầm cảm và bất lực vốn thường dẫn đến ý định tự tử (Garland & Ziglen 1993).

PHẠM PHÁP

Bỏ học. Ăn cắp hàng hóa. Bán cocaine. Giết người. *Khi trẻ vị thành niên có những hành động như thế này, mang tính phi pháp và gây tổn thất cho chính mình hoặc người khác, được gọi là* phạm pháp vị thành niên. Vì phạm pháp áp dụng cho một dải rộng hoạt động như thế nên thường dùng để nhận dạng các hình thức khác nhau của hành vi phạm pháp. Phạm tội pháp lý *là hành động không phải là tội phạm do người lớn mắc phải chẳng hạn như trốn học, quan hệ tình dục bừa bãi và bỏ nhà đi.* (Người lớn là người từ 16, 17, 18, hoặc19 tuổi trở lên tùy theo tiểu bang). Phạm tội chỉ *hành động như cướp giật, hiếp dâm, đốt phá, là tội phạm bất kể độ tuổi của thủ phạm.*

Trẻ vị thành niên gây ra phần lớn các vụ phạm tội chỉ số bị kết án ở Mỹ. Biểu đồ dựa trên thông tin được trình bày trong *Báo cáo tội phạm* của FBI (1996), cho thấy tỉ lệ phần trăm trường hợp trộm cắp ôtô, ăn trộm, ăn cướp, giết người, đốt phá, hiếp dâm và tấn công, thủ phạm từ 15 đến 20 tuổi. Trẻ vị thành niên là thủ phạm của gần một nửa số ôtô bị mất cắp ở Mỹ và hơn ¼ số vụ giết người.

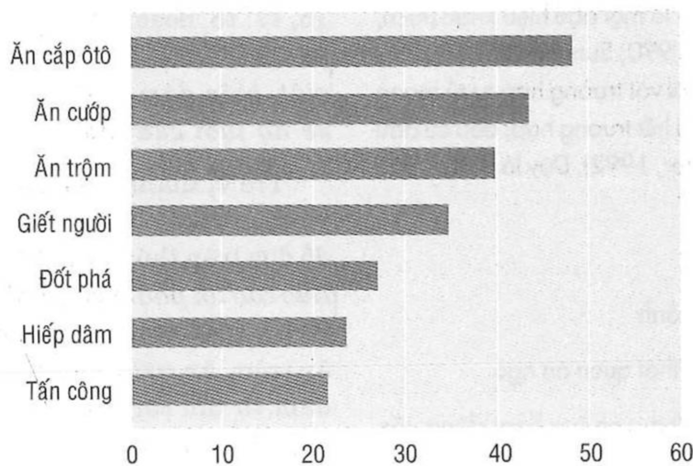
➡ *Nguyên nhân phạm pháp*

Tại sao hành vi phạm pháp lại phổ biến như thế ở trẻ vị thành niên? Để trả lời câu hỏi này, Moffitt (1993) lưu ý rằng điều quan trọng là phải phân biệt hai loại hành vi phạm pháp. Loại thứ nhất, hành vi phản xã hội kéo dài suốt đời, ám chỉ hành vi phản xã hội xuất hiện lúc đầu đời và tiếp tục trong suốt đời. Những cá nhân này có thể bắt đầu đánh bạn đồng tuổi khi mới lên ba, sau đó chuyển sang ăn cắp hàng hóa trong siêu thị lúc 12 tuổi rồi ăn cắp ôtô lúc 16 tuổi. Có lẽ chỉ 5% số thanh niên phù hợp với mẫu hành vi phản xã hội này, nhưng chiếm gần hết hoạt động tội phạm trong biểu đồ bên dưới.

Hình thức hành vi phạm pháp thứ hai theo mô tả của Moffitt (1993), hành vi phản xã hội chỉ có ở trẻ vị thành niên, thường gặp hơn nhiều. Theo như tên gọi, loại hành vi phản xã hội này chỉ có ở trẻ vị thành niên. Trong những năm ở tuổi vị thành niên, nhiều trẻ tham gia các hoạt động tội phạm tương đối nhẹ như ăn cắp trong siêu thị hoặc sử dụng chất gây nghiện. Tuy nhiên, số trẻ này không phải phản xã hội, chẳng hạn vẫn chấp hành qui định của trường học. Và hành vi phản xã hội của đứa trẻ biến mất vào cuối tuổi thanh niên hoặc đầu tuổi trưởng thành.

Tại sao nhiều trẻ vị thành niên có hoạt động phạm pháp trong thời gian ngắn này? Hãy nhớ lại một phần trong cuộc đấu tranh ở trẻ vị thành niên là phải có được thân thế người lớn. Thanh niên có hành vi phản xã hội kéo dài suốt đời thường có được thân thế cao, vì thế, thật không may trở thành vai trò mẫu. Những thanh niên này thường trông có vẻ tương đối độc lập (không bị ảnh hưởng của bố mẹ), họ thường có những vật sở hữu đáng mong muốn như ôtô và quần áo đắt tiền, cũng như thường có hoạt động tình dục. Đây là những đặc điểm hấp dẫn vì thế nhiều thanh niên bắt chước hoạt động tội phạm để có được cách sống giống người lớn này. Tuy nhiên, khi tuổi vị thành niên chấm dứt, cũng có được kết quả đáng mong muốn tương tự thông qua các phương tiện ủng hộ xã hội nhiều hơn và cái giá phải trả của hành vi phản xã hội gia tăng, vì thế hầu hết thanh niên nhanh chóng từ bỏ hành vi phản xã hội. Vì thế, hành vi phản xã hội chỉ có ở trẻ vị thành niên có thể được hiểu như một cách để cho trẻ vị thành niên có được thân thế và đặc quyền giống người lớn (Moffitt, 1993).

Giải thích hành vi phản xã hội kéo dài suốt đời phức tạp hơn nhiều. Các nhà



nghiên cứu nhận dạng một số yếu tố góp phần cho loại hành vi phạm pháp này.

1. *Giai cấp xã hội.* Tội phạm ở trẻ vị thành niên xảy ra trong tất cả phân tầng xã hội nhưng thường xuyên hơn ở trẻ vị thành niên xuất thân từ các giai cấp xã hội thấp hơn. Mối quan hệ này có thể phản ánh nhiều yếu tố. Thứ nhất, tội phạm phổ biến hơn ở các khu xóm thuộc giai cấp thấp hơn, vì thế trẻ dễ thấy mô hình tội phạm ở người lớn. Thứ hai, trẻ vị thành niên giai cấp thấp hơn thường ít thành công trong trường học hơn và thường ít quan tâm đến kết quả học tập, hoạt động tội phạm là một võ đài trong đó trẻ có thể vượt trội và được bạn đồng tuổi công nhận.

Theo Katie Buckland, một công tố viên ở Los Angeles, thanh niên gia nhập các băng đảng là "bọn con nít tham vọng ... cố gắng leo lên chiếc thang tổ chức của chính mình. Và chiếc thang tổ chức duy nhất bọn trẻ nhìn thấy là phải gia nhập băng đảng và sử dụng chất gây nghiện" (Kantrowitz, 1993, trang 44). Thứ ba, căng thẳng thường xuyên trong cuộc sống bên bờ vực thảm họa kinh tế có thể giảm bớt tính hiệu quả của bố mẹ trong các gia đình giai cấp thấp hơn (Patterson, DeVaryshe, & Ramsey, 1989).

2. *Cách thức của gia đình.* Hành vi phạm pháp thường liên quan với sự giám sát không thích hợp của bố mẹ. Trẻ vị thành niên không được giám sát (vì chẳng hạn bố mẹ đi làm) có nhiều khả năng tham gia các hoạt động phạm pháp hơn. Bố mẹ cũng góp phần tạo ra hành vi phạm pháp nếu kỷ luật không nhất quán và nếu mối quan hệ hôn nhân của mình thường xuyên bất hòa (Patterson, 1995).

Khi cuộc sống gia đình đầy dẫy tranh cãi, hăm dọa v.v..., thì băng đảng trở thành một gia đình tạo ra thay đổi rất hấp dẫn đối với một số trẻ vị thành niên.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một lá thư gửi đến tòa soạn một tờ báo ở địa phương bạn khẳng định rằng "nên tống giam trẻ vị thành niên phạm pháp vì khi sinh ra bọn trẻ này đã là "táo thối" và sẽ như thế suốt đời" bạn hãy phát biểu điều chỉnh ý kiến này.

3. *Tự chủ.* Khi hầu hết trẻ con phát triển, chúng có nhiều khả năng điều tiết hành vi của chính mình hơn. Trẻ con có nhiều khả năng kiềm chế khuynh hướng bốc đồng, kiềm chế sự thỏa mãn và nghĩ đến tác động của hành vi của mình đối với người khác (Rotenberg & Mayer, 1990). Nghĩa là, trẻ con phải học cách khắc phục áp lực trực tiếp của tình huống, tránh bốc đồng và nghĩ về hậu quả hành động của mình. Thanh niên phạm pháp không theo mẫu phát triển bình thường. Thay vào đó, thanh niên thường hành động bốc đồng, trông có vẻ không thể hoặc không muốn hoãn lại sự thích thú (Patterson, 1995). Nhìn thấy một máy hát đĩa CD hoặc ôtô mới, thanh niên phạm pháp rất muốn lấy cắp chỉ vì muốn có *ngay lúc này*. Khi người khác vô tình cản trở, thì trẻ vị thành niên phạm pháp thường phản ứng bất chấp tính chất hành động hoặc ý định của người khác.

4. *Tác động Sinh học.* Hành vi gây hấn và bốc đồng là một phần thường gặp của hành vi phản xã hội có nguồn gốc Sinh học. Một số thanh niên phản xã hội. Rõ ràng thừa hưởng một tố chất có hành vi gây hấn và bốc đồng (Carey, 1996). Đây không phải là "gien phản xã hội". Thay vào đó, cá nhân có tố chất gây hấn và bốc đồng do di truyền sẽ nhạy cảm với cảm giác, suy nghĩ ấp ủ hành vi phản xã hội hơn cá nhân không có tố chất di truyền như thế này.

Điều trị và phòng tránh

Dựa vào các nguyên nhân phạm pháp trên diện rộng, thật ngây thơ khi nghĩ đến cách điều trị đơn giản hoặc duy nhất. Thay vào đó, phạm pháp phải được tấn công trên nhiều mặt trận cùng lúc:

- trẻ vị thành niên phạm pháp được hướng dẫn kỹ thuật tự chủ hiệu quả.
- bố mẹ của thanh niên phạm pháp được hướng dẫn về tầm quan trọng của giám sát và giám sát hành vi của con cái cũng như phải có kỷ luật nhất quán.
- gia đình của trẻ con phạm pháp học cách hoạt động chức năng như một đơn vị hiệu quả hơn, chú trọng đặc biệt đến các phương pháp giải quyết mâu thuẫn hiệu quả hơn.
- trường học phát triển các chương trình khuyến khích thanh niên phạm pháp quan tâm đến kết quả học tập hơn.
- cộng đồng cải thiện điều kiện kinh tế trong khu xóm thường phạm pháp.

Chương trình sử dụng những chiến lược này đã gặt hái nhiều thành công, trẻ vị thành niên tham gia những chương trình này ít có khả năng tái phạm. Do đó cấu trúc giải quyết một vấn đề quan trọng không những ảnh hưởng đến sự phát triển của trẻ vị thành niên mà còn ảnh hưởng đến sự phát triển của xã hội Bắc Mỹ (Alexander và người khác, 1989; Dryfoos, 1990).

Chúng ta kết thúc chương này bằng phần Tranh luận hiện nay mô tả tiếp cận khác giải quyết tội phạm ở trẻ vị thành niên.



TRANH LUẬN HIỆN NAY: KHI TRẺ CON PHẠM TRỌNG TỘI CÓ BỊ XÉT XỬ NHƯ NGƯỜI LỚN HAY KHÔNG?

Theo truyền thống, khi trẻ vị thành niên dưới 18 tuổi phạm tội, thì do hệ thống tư pháp phụ trách trẻ vị thành niên thụ lý. Mặc dù quá trình tố tụng thay đổi khác nhau ở từng tiểu bang nhưng hầu hết trẻ vị thành niên bị bắt không phải ra tòa, thay vào đó, cơ quan thực thi pháp luật và các giới chức pháp luật có quyền tùy nghi. Chẳng hạn, họ có thể phóng thích và giam trẻ vị thành niên cho bố mẹ giám sát. Tuy nhiên, khi trẻ vị thành niên phạm trọng tội, thì sẽ đem ra xử trước tòa. Phiên tòa này không cho công chúng và báo giới tham gia, cũng không có bồi thẩm đoàn. Chỉ có quan tòa nhận báo cáo của cảnh sát, nhân viên quản chế, nhân viên trường học, bác sỹ và các bên liên quan khác. Trẻ vị thành niên bị kết án có thể bị quản chế tại nhà, tại trong các trung tâm chăm sóc hoặc nơi giam giữ tội phạm thiếu niên.

Vì số lượng phạm trọng tội ở trẻ vị thành niên ngày càng tăng nên nhiều cơ quan thực thi pháp luật và các giới chức pháp luật cho rằng trẻ vị thành niên nên được xét xử như người lớn. Những người ủng hộ lập trường này cho rằng hạ thấp độ tuổi tối thiểu trong chuyển giao bắt buộc vụ án sang phiên tòa người lớn, làm tăng dải tội phạm phải được xét xử ở phiên tòa dành cho tội phạm người lớn. Những người chỉ trích cho rằng đối xử với trẻ vị thành niên phạm tội giống như người lớn sẽ không xem trọng thực tế trẻ vị thành niên ít có khả năng hiểu được tính chất và hậu quả của việc phạm tội bằng người lớn. Họ cũng cho rằng hình phạt thích hợp với người lớn đều không thích hợp với trẻ vị thành niên.

Bạn nghĩ gì? Chúng ta có nên hạ thấp độ tuổi xét xử trẻ vị thành niên như người lớn hay không? Dựa vào thuyết Phát triển mà chúng ta đã đề cập, bạn đưa ra hướng dẫn gì khi quyết định khi nào một trẻ vị thành niên nên được xét xử như người lớn?

TỰ KIỂM TRA

1. Lý do trẻ vị thành niên uống rượu bao gồm thư giãn, né tránh, mong muốn có cảm giác hưng phấn và ______.
2. Trẻ vị thành niên ít có khả năng uống rượu hơn khi bố mẹ uống ______.

3. Trầm cảm đi kèm với các sự kiện trong cuộc sống tạo ra củng cố kém tích cực hơn, tình huống trong đó trẻ vị thành niên cảm thấy mình bất lực và ______.
4. Điều trị trầm cảm bao gồm các loại thuốc điều chỉnh sự mất cân bằng trong chất truyền thần kinh và liệu pháp chú trọng ______.
5. Hành động như trốn học, bỏ nhà đi khi người trưởng thành phạm phải không phải là tội phạm là ______.
6. Yếu tố góp phần vào sự phạm pháp ở trẻ vị thành niên bao gồm giai cấp xã hội, ______, và tự chủ không thích hợp.
7. Có phải nguyên nhân uống rượu, trầm cảm và phạm pháp ở trẻ vị thành niên giống nhau không hoặc mỗi vấn đề phát triển ở trẻ vị thành niên là do một tập hợp các yếu tố đặc biệt mà ra?

Trả lời: (1) thử nghiệm, (2) số lượng nhỏ, để kết thúc bữa ăn, (3) mất cân bằng trong chất truyền thần kinh, (4) sự phát triển kỹ năng xã hội, (5) phạm tội pháp lý, (6) gia đình tan vỡ

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Trong cuộc hành trình từ vùng đất thời thơ ấu sang vùng đất tuổi trưởng thành, phải đi qua vùng nước vị thành niên đầy sóng gió. Hầu hết trẻ vị thành niên hoàn tất rất thành công, trở thành người lớn vào một ngày nào đó sẽ quan sát con cháu của mình thực hiện cuộc hành trình tương tự. Như một tác giả nhận xét:

Thật dễ quên rằng nhân cách tự thân không dàn trải có thể vinh quang cũng như bất tiện. Chắc chắn Chúa Jesus được những người lớn tuổi xem là sự đau khổ cũng giống như Gandhi. Trẻ con cần xem lại đôi cánh đang giang rộng của mình và người lớn cần phải đủ trưởng thành để kháng cự lại cuộc tấn công của mái tóc đẹp, tiếng ồn khủng khiếp và thách thức mọi chuẩn mực nhận cảm... (Pacy, 1993, trang 35).

Giang rộng đôi cánh là đặc điểm của trẻ vị thành niên được thể hiện rõ với tất cả vẻ huy hoàng và nguy hại trong chương này.

Chúng ta bắt đầu bằng sự thay đổi cơ thể ở tuổi dậy thì. Những dấu hiệu bên ngoài cho biết sắp chuyển qua tuổi trưởng thành này xuất hiện sớm trong tuổi vị thành niên đối với một số trẻ con nhưng đối với số đứa trẻ khác xuất hiện chậm hơn nhiều như Pete.

Kế đến, chúng ta khảo sát cuộc đấu tranh để có được nhận dạng. Trẻ vị thành niên và thanh niên mới lớn thường thử nghiệm các vai trò khác nhau trong nỗ lực nhận biết nhận dạng. Khi bố mẹ ủng hộ cuộc thử nghiệm này, thì cuộc tìm kiếm nhận dạng có nhiều khả năng thành công hơn. Chẳng hạn, Dea nhận biết rằng mình được hòa trộn giữa ba nền văn hóa khác nhau một cách độc đáo, cô yêu mến yếu tố của từng nền văn hóa, và cô đang hình thành

một nhận dạng người Mỹ gốc Hà Lan – gốc Á mới lạ.

Trạm dừng chân kế tiếp của chúng ta là thế giới công việc. Kinh nghiệm làm việc bán thời gian của Aaron mang tính điển hình. Trẻ vị thành niên hiếm khi cân bằng hiệu quả giữa công việc bán thời gian và việc học ở trường. Chúng ta cũng hiểu rằng chọn nghề phải hợp với quan tâm và khả năng trong một nghề nghiệp cụ thể, sau đó xác định trong công việc đã chọn cần học kỹ năng và trình độ gì.

Từ công việc chúng ta chuyển sang yêu đương lãng mạn và tình dục. Quan tâm tình dục đạt đỉnh điểm ở những năm vị thành niên, và nhiều trẻ vị thành niên hoạt động tình dục. Như Rebecca, nhiều trẻ vị thành niên đều quan hệ tình dục không an toàn, dẫn đến sự có mang và các bệnh lây truyền qua đường tình dục.

Chúng ta kết thúc chương bằng cách nghiên cứu mặt trái của trẻ vị thành niên. Một số trẻ con không giải quyết tốt những khó khăn ở tuổi vị thành niên dẫn đến việc sử dụng các chất gây nghiện phi pháp, trầm cảm (như Rod, vận động viên bóng rổ khi bị thất tình) và phạm pháp.

TÓM TẮT



Tạm biệt thời thơ ấu: Tuổi dậy thì

Phát triển cơ thể

- Tuổi dậy thì bao gồm một loạt thay đổi cơ thể diễn ra vào tuổi vị thành niên bao gồm một giai đoạn phát triển nhanh. Ngày nay, đứa trẻ bước vào tuổi dậy thì sớm hơn và trong tuổi trưởng thành cao to hơn các thế hệ trước đây.

- Trưởng thành sớm thường có lợi cho nam, rõ ràng là vì người khác xem trẻ trưởng thành nhiều hơn và có nhiều khả năng đối xử với trẻ con như người lớn hơn. Trưởng thành sớm đôi khi có hại cho nữ, trong sự thành công ở trường học lẫn sự tương tác của trẻ con với các bạn khác thuộc cả hai phái.

Rối loạn ăn uống

- Nhiều trẻ con và trẻ vị thành niên béo phì không được bạn bè ưa thích, có thái độ tự trọng kém và có nguy cơ bị rối loạn sức khỏe. Béo phì phản ánh cả di truyền và thói quen ăn uống mắc phải. Chương trình điều trị béo phì hiệu quả nhất ở trẻ con vị thành niên là những cấu trúc trong đó trẻ và bố mẹ ấn định mục tiêu ăn uống và tập thể dục, cả bố mẹ lẫn trẻ con đều được thưởng cho việc thực hiện của mình.

- Chứng chán ăn và cuồng thực thần kinh là rối loạn chủ yếu có ở bé gái tuổi vị thành niên. Chán ăn là sự sợ thừa cân đến mức phi lý. Cuồng thực là chè chén no say rồi sau đó xổ ra. Nhiều yếu tố góp phần cho chứng chán ăn và cuồng thực, bao gồm tiêu chuẩn văn hóa về sự thon gầy, nhu cầu độc lập trong gia đình độc đoán và di truyền.



Tôi là ai? Tìm kiếm nhận dạng

Nhận dạng so với nhầm lẫn vai trò

- Erikson quả quyết rằng khủng hoảng chính của trẻ

vị thành niên là phải có được nhận dạng. Thử nghiệm nhiều cái tôi có thể khác nhau là một bộ phận không thể thiếu trong việc tìm kiếm nhận dạng.

Giải quyết khủng khoảng nhận dạng

- Cùng với sự tìm kiếm nhận dạng là 4 tình trạng: khuếch tán và thủ tiêu phổ biến hơn trong đầu tuổi vị thành niên, tạm ngừng hoạt động và thành tựu thường xuất hiện trong cuối tuổi vị thành niên và đầu tuổi trưởng thành.

- Kiểu bố mẹ quyền uy có lợi nhất trong việc có được nhận dạng. Kiểu bố mẹ độc đoán đi kèm với thủ tiêu, trong khi kiểu bố mẹ nuông chiều thoải mái đi kèm với khuếch tán.

Nhận dạng dân tộc

- Trẻ vị thành niên ở các nhóm dân tộc thường trải qua 3 giai đoạn để có được một nhận dạng dân tộc: không quan tâm ban đầu, tìm hiểu, và có được nhận dạng. Việc có được nhận dạng dân tộc thường dẫn đến thái độ tự trọng cao hơn. Có nhiều khả năng xảy ra ở bố mẹ quyền uy, nhưng không luôn liên quan với sức mạnh đồng nhất với nền văn hóa trào lưu của trẻ.

Chuyện hoang đường về bão tố và căng thẳng

- Trái với chuyện hoang đường, tuổi vị thành niên không phải lúc nào cũng là một giai đoạn bão tố và căng thẳng. Hầu hết trẻ vị thành niên đều yêu mến bố mẹ, dựa vào bố mẹ để tìm lời khuyên và chấp nhận giá trị của bố mẹ. Mối quan hệ bố mẹ – con cái trở nên bình đẳng hơn trong những năm vị thành niên, phản ánh sự độc lập đang tăng của trẻ vị thành niên.

Thị trấn khiếm nhã và bàn chờ: bước vào thế giới việc làm

Công việc bán thời gian

- Hầu hết trẻ vị thành niên Mỹ đều



làm việc bán thời gian. Hiện tượng này, xuất hiện trong thập niên 1980, chỉ có ở Mỹ (trong số nhiều nước công nghiệp). Trẻ vị thành niên làm việc hơn 15 giờ mỗi tuần trong năm học thường có kết quả học tập kém, thái độ tự trọng thấp hơn, lo âu nhiều hơn và gặp rắc rối khi tương tác với người khác. Trẻ vị thành niên làm thêm để dành thu nhập kiếm được tương đối ít. Thay vào đó, trẻ vị thành niên thường tiêu xài mua quần áo, thực phẩm và giải trí cho bản thân, tạo ra kỳ vọng sai lệch về cách phân bố, chi tiêu thu nhập.

- Công việc bán thời gian có lợi nếu trẻ vị thành niên làm việc ít giờ hơn, nếu công việc giúp đứa trẻ sử dụng được kỹ năng hiện có và tìm kiếm kỹ năng mới, và nếu trẻ vị thành niên để dành một số tiền lương lãnh được. Việc làm trong hè vì không mâu thuẫn với yêu cầu của trường học nên cũng có lợi.

Phát triển nghề nghiệp

- Thuyết chọn nghề của Super cho rằng nhận dạng của trẻ vị thành niên và khát vọng nghề nghiệp phát triển song hành. Ông đưa ra 3 giai đoạn phát triển nghề nghiệp ở tuổi vị thành niên và đầu tuổi trưởng thành: kết tinh: nhận dạng quan tâm cơ bản, cụ thể hóa: nhận dạng công việc đi kèm với quan tâm, và thực hiện: đánh dấu sự tham gia lực lượng lao động.

- Holland đưa ra sáu loại nhân cách liên quan đến công việc khác nhau: thực tế, điều nghiên, xã hội, qui ước, táo bạo và nghệ thuật. Mỗi loại phù hợp với một số công việc. Con người hạnh phúc hơn khi nhân cách hợp với công việc và không vui khi không hợp.



Tôi yêu em ra sao?" – Mối quan hệ lãng mạn

Hẹn hò

• Nam và nữ bắt đầu hẹn hò vào giữa tuổi vị thành niên. Hẹn hò thường bắt đầu bằng các buổi gặp mặt của nhóm cùng phái và chuyển sang đôi bạn được xác định rõ. Đối với học sinh trung học hẹn hò vừa để giải trí vừa xác định thân thế. Đối với sinh viên đại học, hẹn hò là nguồn thân mật và bầu bạn.

• Trẻ vị thành niên thường tự hỏi về định hướng tình dục của mình, nhưng chỉ có một tỉ lệ phần trăm nhỏ báo cáo đã trải qua quan hệ tình dục đồng giới. Nghiên cứu bác bỏ nhiều giải thích về nguồn gốc của định hướng tình dục đồng giới. Nghiên cứu hiện hành chú trọng sự góp phần của sinh học.

Đánh thức quan tâm tình dục

• Khi 18 tuổi, hầu hết trẻ vị thành niên Bắc Mỹ đều có quan hệ tình dục. Trẻ vị thành niên có nhiều khả năng hoạt động tình dục hơn nếu họ nghĩ rằng trưởng thành và bạn đồng tuổi tán thành quan hệ. Sự mang thai và các bệnh lây qua đường tình dục là hai hậu quả thường gặp trong hành vi tình dục ở trẻ vị thành niên vì trẻ vị thành niên hoạt động tình dục sử dụng thuốc ngừa thai không thường xuyên.

• Vấn đề thường gặp khác là nữ tuổi vị thành niên và phụ nữ trẻ bị ép buộc quan hệ tình dục trái với ý muốn của mình, thường vì phái nam hiểu sai hoặc xem thường ý định của phái nữ. Ép buộc quan hệ có nhiều khả năng xảy ra khi một trong hai đã uống rượu hoặc một đôi bạn đã từng quan hệ trước đây. Hội thảo hiếp dâm hẹn hò phấn đấu cải thiện sự truyền đạt giữa hai phái.



Nhìn vào mặt trái: Vấn đề phát triển thanh niên

Sử dụng chất gây nghiện

• Ngày nay, nhiều trẻ vị thành niên uống rượu thường xuyên. Trẻ vị thành niên bị rượu và các chất gây nghiện khác lôi kéo để thử nghiệm, thư giãn, né tránh và có cảm giác hưng phấn. Yếu tố chính ảnh hưởng đến việc trẻ vị thành niên có uống rượu hay không là sự khuyến khích của người khác (bố mẹ và bạn đồng tuổi) và căng thẳng.

Trầm cảm

• Trẻ vị thành niên bị trầm cảm không thiết sống, nghĩ rằng người khác không thân thiện và muốn ở một mình. Trầm cảm có thể do một sự kiện gợi ra tước bỏ ở đứa trẻ kinh nghiệm bổ ích, bởi một sự kiện mà đứa trẻ cảm thấy không thể kiểm soát số mệnh của mình hoặc do sự mất cân bằng trong chất truyền thần kinh.

• Điều trị trầm cảm dựa vào y học điều chỉnh lượng chất truyền thần kinh và dựa vào liệu pháp nhằm mục đích cải thiện kỹ năng xã hội và tái cấu trúc cách giải thích, cách hiểu sự kiện của trẻ vị thành niên.

Phạm pháp

• Nhiều đứa trẻ có hành vi phản xã hội trong thời gian ngắn thuộc tuổi vị thành niên. Trái lại, tỉ lệ phần trăm trẻ vị thành niên nhỏ có hành vi phản xã hội kéo dài suốt đời dính líu trong ¼ đến ½ trọng tội bị kết án ở Mỹ. Hành vi phản xã hội kéo dài suốt đời có liên quan với giai cấp xã hội, cách thức gia đình, thiếu tự chủ và di truyền. Nỗ lực giảm bớt hoạt động tội phạm ở trẻ vị thành niên phải giải quyết tất cả những biến số này.

TỪ KHÓA

tuổi dậy thì

bắt đầu hành kinh

xu hướng phát triển đời thường

mức độ chuyển hóa cơ bản

chán ăn thần kinh

cuồng thực thần kinh

khái niệm cái tôi

tự đề cao mình ở trẻ vị thành niên

khán giả tưởng tượng

chuyện bịa cá nhân

tình trạng thành tựu

tình trạng tạm ngừng hoạt động

tình trạng thủ tiêu

tình trạng khuếch tán

kết tinh

cụ thể hóa

thực hiện

thuyết loại nhân cách

thủ dâm

hiếp dâm hẹn hò (quen biết)

trầm cảm

bất lực tập quen

norepinephrine

serotonin

phạm pháp ở trẻ vị thành niên

phạm tội pháp lý

phạm tội chỉ số

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

GALLO, D. R. (chủ biên) (1997). *No easy answers: Short stories about teenagers making tough choices.* New York: Basic Books. Tuyển tập các truyện ngắn đáng đọc này trình bày cho trẻ con cách giải quyết các vấn đề thường gặp ở trẻ vị thành niên bao gồm áp lực của bạn đồng tuổi, sự lạm dụng chất gây nghiện và mang thai ở trẻ vị thành niên.

HECHINGER, F. (1992). *Fateful choices.* New York: Hill & Wang. Tác giả đề cập nhiều vấn đề mà trẻ vị thành niên thường đối mặt – sự mang thai và lạm dụng chất gây nghiện – và đề xuất phương pháp cải thiện sự khỏe mạnh ở trẻ vị thành niên.

OSTER, G. D., & MONTGOMERY, S. S. (1994). *Helping your depressed teenager: A guide for parents and caregivers.* New York: Wiley. Tác giả sử dụng nhiều nghiên cứu mẫu để mô tả trầm cảm, nguyên nhân và cách điều trị.

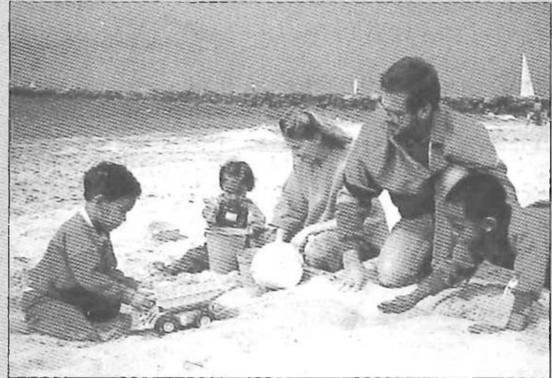
STEINBERG, L. D., & LEVINE, A. (1990). *You and your adolescent.* New York: Harper Perennial. Quyển sách nổi bật này có nhiều hướng dẫn hữu ích giúp phụ huynh nhận biết khi nào trẻ vị thành niên có vấn đề cần đến sự giúp đỡ của chuyên khoa.

ĐIỂM QUA SỰ PHÁT TRIỂN:
TÓM TẮT BẰNG HÌNH ẢNH

Trẻ con độ tuổi đến trường và trẻ vị thành niên

Tác động sinh học

Tác động Sinh học đặc biệt thấy rõ ở đầu tuổi dậy thì nhưng tác động này không phải là ảnh hưởng duy nhất đối với trẻ con độ tuổi đến trường và trẻ vị thành niên. Trí năng, trầm cảm, và hoạt động tình dục ở trẻ vị thành niên tất cả đều phản ánh tác động sinh học.



Theo nghĩa trí năng, con nuôi giống với bố mẹ đẻ hơn là bố mẹ nuôi, thể hiện ảnh hưởng di truyền đối với trí năng con người.

Tác động tâm lý

Tác động tâm lý trở nên rất quan trọng trong những năm này khi suy nghĩ của trẻ con và trẻ vị thành niên trở nên chín chắn hơn bao giờ hết. Trẻ con và trẻ vị thành niên sử dụng khả năng nhận thức cao hơn của mình để tìm hiểu các khái niệm phức tạp hơn, tìm hiểu về người khác và hiểu kinh nghiệm của chính mình.

Tác động văn hóa xã hội

Bố mẹ thường là phương tiện đầu tiên qua đó truyền dẫn các ảnh hưởng văn hóa xã hội đến trẻ con nhưng ngay sau đó có vô số tác động khác ảnh hưởng. Bạn đồng tuổi, trường học và truyền hình đều là những tác động văn hóa xã hội tiềm năng kết hợp để tạo ra con đường phát triển độc đáo mà trẻ sẽ đi theo trong những năm đến trường và trẻ vị thành niên.





Nhiều tác động xã hội đặt trẻ con vào nguy cơ bị ngược đãi, bao gồm sự gánh chịu hình phạt cơ thể, đói nghèo, và sống trong sự cô lập xã hội.



Mặc dù dân gian cho rằng trẻ vị thành niên hưởng lợi từ công việc bán thời gian, thực tế thì đứa trẻ thường có kết quả học tập kém hơn, bị rối loạn hành vi và sức khỏe tâm thần, có ý thức lệch lạc về sự sung túc của chính mình.

Tuổi vị thành niên là thời điểm khi tất cả trẻ con tìm kiếm một nhận dạng. Đối với trẻ con từ các nhóm dân tộc thiểu số, đây là thời điểm có được nhận dạng dân tộc thường bao gồm sự tìm hiểu truyền thống văn hóa của mình.

PHẦN BA

ĐẦU VÀ GIỮA TUỔI TRƯỞNG THÀNH

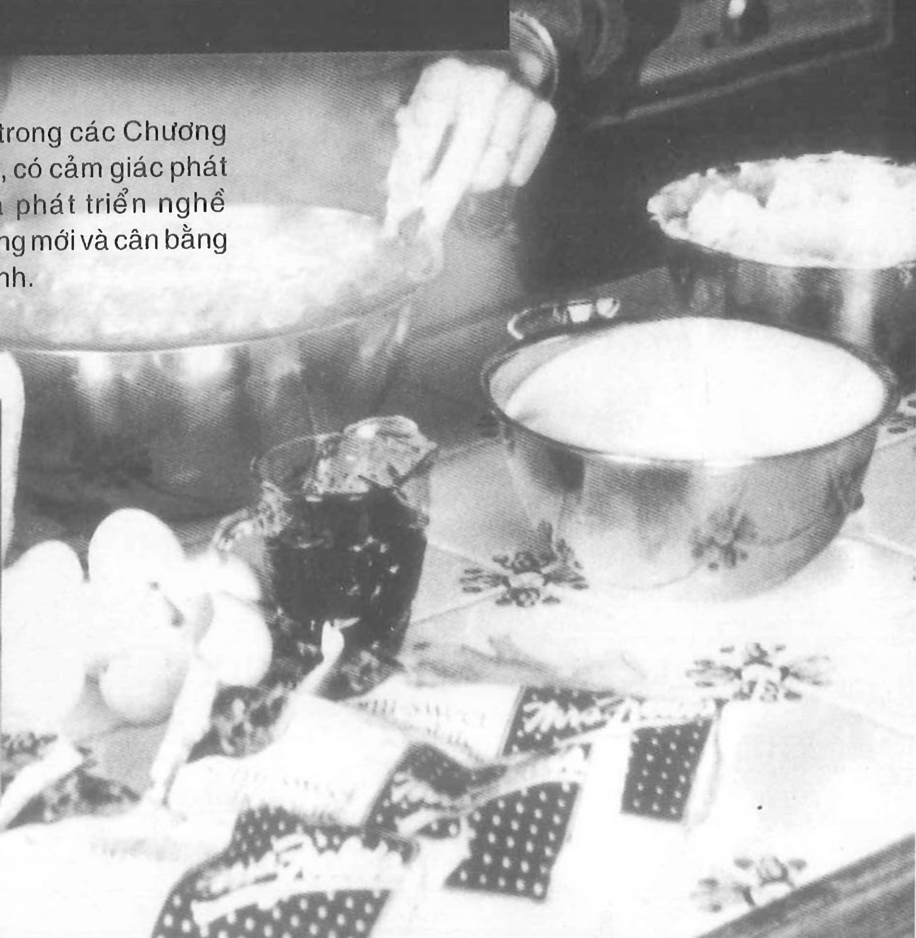
CẬN CẢNH

Debbi Fields luôn tin vào chính mình – nhất là tin vào khả năng làm bánh quy rất ngon. Mặc dù cô không học ngành kinh doanh chính quy nhưng mang kế hoạch và đĩa bánh quy đến ngân hàng vay tiền cho đến khi có người quyết định dành cho cô cơ hội. Vì thế trong tư cách một bà mẹ trẻ chỉ ở tuổi đôi mươi, cô mở cửa hàng bánh qui ở Palo Alto, California, vào năm 1977. Không ai nghĩ cô lại mở được cửa hiệu. Thậm chí chồng cô cũng cá cược rằng vào ngày đầu tiên cô không thể nào bán được 50 USD. Khi đóng cửa hiệu lúc 3 giờ chiều, cô quyết định tìm dịp may. Với đĩa bánh qui trên tay, cô đi lên đi xuống con phố để mời khách qua đường dùng miễn phí, nếu họ thích cô mời họ đến cửa hàng mua tiếp. Trong ngày đầu tiên cô kiếm được 75 USD, thắng cược. Bằng cách kết hợp chấp nhận rủi ro và tự quyết, Debbi Field trở thành người vạch kế hoạch cho hãng bánh qui của bà Field. Năm 1999, hãng bánh qui của bà Field có chi nhánh khắp thế giới.

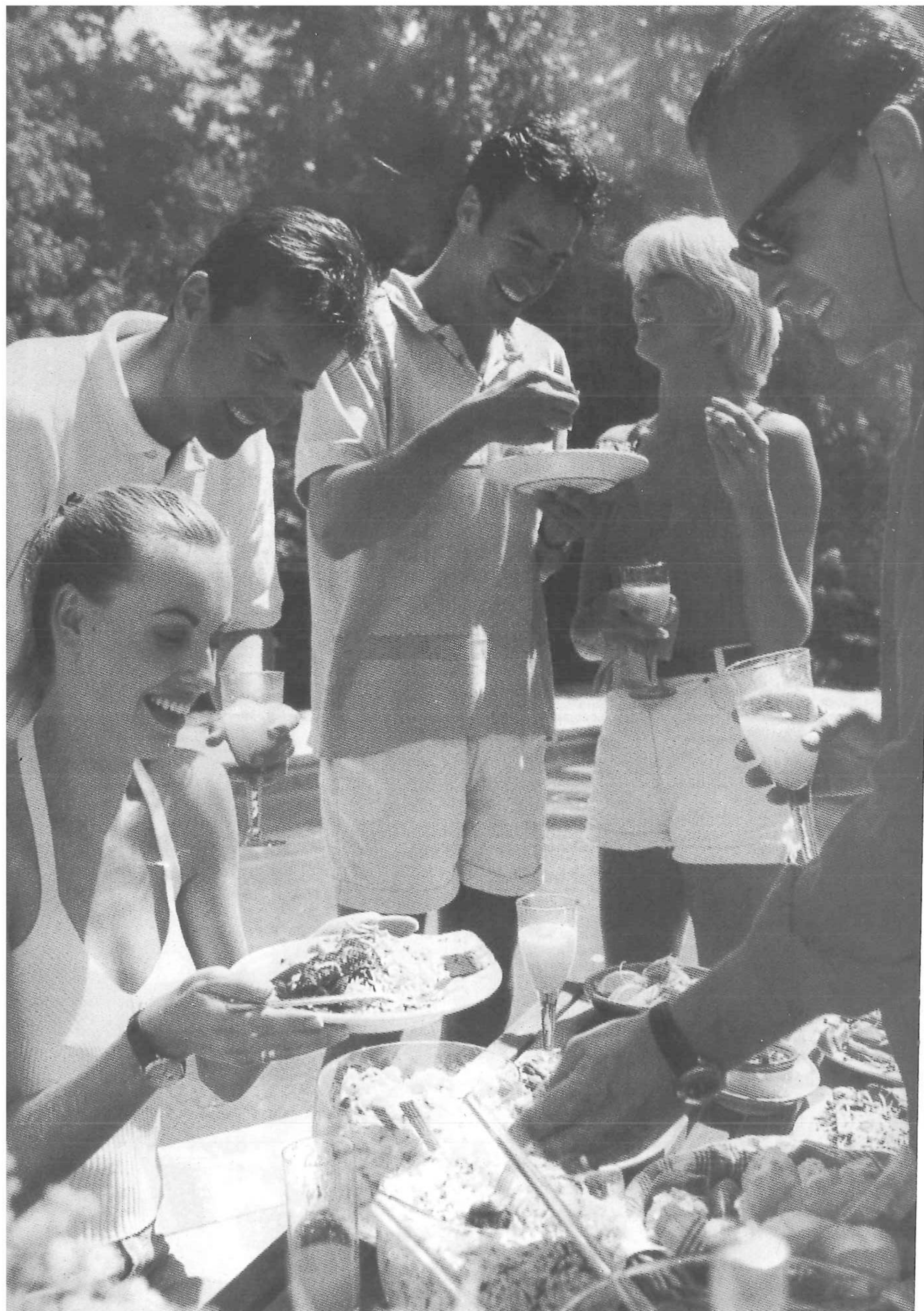
Debbi Field là minh họa điển hình cho chủ đề chính trong đầu tuổi trưởng thành và tuổi



trung niên được đề cập trong các Chương 9 – 12: tự mình phấn đấu, có cảm giác phát triển cá nhân, chọn và phát triển nghề nghiệp, tiếp tục học kỹ năng mới và cân bằng giữa công việc và gia đình.







CHƯƠNG 9

TRỞ THÀNH NGƯỜI LỚN

Có một thời điểm trong đời khi chúng ta giã từ thời thơ ấu và khao khát được trở thành người lớn. Trong một số xã hội, sự quá độ sang tuổi trưởng thành rất đột ngột, ấn tượng, được đánh dấu bằng nghi thức quá độ. Trong xã hội phương Tây, nghi thức này mờ nhạt hơn, dấu hiệu duy nhất thấy rõ là nghi thức tổ chức sinh nhật. Thậm chí chúng ta hỏi người lớn "thực sự" nghi thức này là gì. Tuổi trưởng thành được đánh dấu bằng nhiều cách khác nhau, trong phần đầu chúng ta sẽ khảo sát một số phương pháp này.

Đầu tuổi trưởng thành chắc chắn là đỉnh điểm của quá trình phát triển cơ thể và sức khỏe. Đây cũng là thời điểm khi con người nhiễm phải thói quen không có lợi cho sức khỏe đầu đời có thể quyết định chọn một cách sống có lợi hơn. Đầu tuổi trưởng thành cũng đánh dấu đỉnh điểm của một số khả năng nhận thức, và sự tiếp tục phát triển của những khả năng khác.

Ở bình diện cá nhân hơn, đầu tuổi trưởng thành là thời điểm khi chúng ta hoạch định và mơ ước về tương lai. Đây cũng là thời điểm chúng ta nghĩ cuộc sống trong tư cách người lớn phải là cuộc sống như thế nào. Những yếu tố khác nhau này giúp xác định đầu tuổi trưởng thành, sẽ được khảo sát trong chương này.

TUỔI TRƯỞNG THÀNH BẮT ĐẦU KHI NÀO?

Mục tiêu nghiên cứu

- **Chuyển tiếp vai trò nào đánh dấu sự bước vào tuổi trưởng thành trong xã hội phương Tây? Các nền văn hóa không phải phương Tây đánh dấu sự chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành ra sao?**
- **Việc vào đại học phù hợp với sự chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành ra sao?**
- **Tiêu chuẩn tâm lý nào đánh dấu sự chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành?**

Tuổi trưởng thành bắt đầu khi nào?

Chuyển tiếp vai trò đánh dấu tuổi trưởng thành

Vào đại học

Quan điểm Tâm lý học

Vì thế khi nào con người trở thành người lớn?

MARCUS thức dậy sau cơn nhức đầu tệ hại nhất xưa nay. Anh lẩm bẩm "Nếu đây là tuổi trưởng thành, thì người ta có thể giữ lấy". Như nhiều thanh niên mới lớn khác ở Mỹ, Marcus tổ chức sinh nhật lần thứ 21 trong một hộp đêm. Nhưng cuộc gọi điện thoại của mẹ đánh thức anh dậy nhắc cho anh biết rằng anh chưa phải là người lớn, mẹ gọi đến hỏi xem anh còn tiền xài hay không.

Hãy tưởng tượng rằng bạn là Marcus. Hãy dành ít phút suy nghĩ về lần đầu tiên bạn cảm thấy mình là người lớn. Cảm giác ấy diễn ra khi nào? Trong bối cảnh nào? Bạn đang ở với ai? Bạn có cảm giác ra sao? Lúc này hãy suy nghĩ bạn đang ở độ tuổi từ 18 đến 22. Có phải đây là giai đoạn bạn hoàn tất việc chuyển sang tuổi trưởng thành hay không? Tại sao có hoặc tại sao không?



Cho dù việc trở thành người lớn là một trong những chuyển tiếp quan trọng nhất trong đời sống nhưng thật khó ấn định chính xác sự chuyển tiếp này diễn ra khi nào trong các xã hội phương Tây. Lễ kỉ niệm như trong ảnh chụp đánh dấu sự sống đến một độ tuổi nào đó chẳng hạn như 21 tuổi rất có ít nhưng không có nghĩa là bạn chấm dứt tuổi thanh niên và hoàn toàn trở thành người lớn. Chắc chắn, Marcus có cảm nghĩ giống như người lớn vì cậu có thể mua rượu uống hợp pháp, nhưng không có cảm nghĩ như thế trong các khía cạnh khác chẳng hạn như tự mình kiếm tiền.

Trong phần này, chúng ta khảo sát một số phương pháp trong đó xã hội đánh dấu sự chuyển sang tuổi trưởng thành và chúng ta sẽ hiểu rằng tiêu chuẩn thay đổi rất khác nhau giữa các nền văn hóa.

CHUYỂN TIẾP VAI TRÒ ĐÁNH DẤU TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Một buổi chiều mùa xuân mát mẻ, một nhóm các bạn học chung lớp thời trung học trước đây gặp nhau chuyện trò, điều gì sẽ

diễn ra đối với cuộc sống của mình. Sau cùng cuộc chuyện trò chuyển sang vấn đề trưởng thành và trở thành người lớn, vì trong vài tháng nữa thành viên trong nhóm này đều 21 tuổi. Joyce trông có vẻ già hơn độ tuổi 20 của mình. Đứa con trai 5 tuổi của cô đang chơi trên sàn. Ngồi kế bên Joyce là Sheree đang theo học Mỹ thuật. Cô mặc trang phục cực kỳ mát mẻ, mua ở cửa hiệu nơi cô làm việc bán thời gian. Một phụ nữ trẻ thứ ba, Marcia, trông có vẻ mệt mỏi sau một ngày dài làm việc cho một công ty kế toán lớn Arthur Andersen. Joyce nói trước, "Mình sinh bé Jimmy khi mình 15 tuổi, mình nghĩ việc sinh con sẽ làm cho mình trưởng thành và sẽ có ai đó thương yêu mình. Nhưng khi sinh con xong, nợ nần chồng chất, không có việc làm, không đủ tiền mua nhà riêng phải sống chung với mẹ". Sheree thẳng thắn, "mình cũng thế, chắc chắn mình là người lớn. Mình làm bất cứ thứ gì mình muốn, bất cứ khi nào mình muốn. Mình không phải trả lời cho mọi người, đồng ý không " Marcia có quan điểm khác: "Còn đối với mình, mình không nghĩ mình là người lớn cho đến khi nào học xong, tự nuôi thân và lấy chồng".

Những thanh niên này có phải là người lớn hay không? Có và không. Như chúng ta sẽ thấy, điều này tùy thuộc vào cách bạn định nghĩa tuổi trưởng thành.

Chuyển tiếp vai trò đánh dấu tuổi trưởng thành

Tiêu chuẩn được áp dụng phổ biến nhất để xác định liệu một người có ở tuổi trưởng thành hay không là chuyển tiếp vai trò, *bao gồm việc đảm nhận trách nhiệm và nghĩa vụ mới.* Một số vai trò chuyển tiếp là dấu hiệu quan trọng cho biết đang ở tuổi trưởng thành: học xong, có việc làm toàn thời gian, có chỗ ở độc lập, lập gia đình, trở thành bố mẹ (Hogan & Astone, 1986).

Thật thú vị, độ tuổi con người thường trải qua những sự kiện báo hiệu này thay đổi khác nhau theo thời gian. Những thay đổi như thế là minh họa của ảnh hưởng tụ tập, được mô tả chương 1. Chẳng hạn, độ tuổi trung bình học xong tăng dần trong thế kỷ 20 khi tỷ lệ người vào đại học tăng khoảng 10% vào đầu thế kỷ cho đến hơn 50% vào lúc này. Trái lại, độ tuổi kết hôn lần thứ nhất và làm bố mẹ trung bình giảm dần từ năm 1900 đến khoảng năm 1960 trước khi tăng đột ngột từ 1960 đến cuối thập niên 1980 (Cục thống kê Mỹ, 1998). Những sự phức tạp như thế rất khó cho việc sử dụng một sự kiện bất kỳ làm dấu hiệu cho biết đã trở thành người lớn. Như ba phụ nữ chúng ta vừa gặp ở phần trên, có người trải qua một số sự kiện đánh dấu này nhưng không trải qua sự kiện đánh dấu kia, làm cho vấn đề thêm phức tạp. Tuy nhiên, trong mọi nền văn hóa tình hình không phải như thế.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tại sao không có sự chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành rõ ràng trong các nền văn hóa phương Tây?

Chứng cứ chuyển tiếp vai trò giữa các nền văn hóa

Các nền văn hóa không phải phương Tây thường rõ ràng hơn về thời điểm khi nào một người trở thành người lớn. Trong những nền văn hóa này, hôn nhân là yếu tố quyết định tình trạng người lớn quan trọng nhất (Schlegel & Barry, 1991). Gia đình Ấn Độ như trong ảnh (trang 376 bên trái trên) tượng trưng cho quan điểm này.

Nhiều nền văn hóa không phải phương Tây cũng có một tập hợp các yêu cầu được xác định rõ mà bé trai phải đáp ứng để trở thành đàn ông (Gilmore, 1990). Những yêu cầu này thường tập trung vào 3 đặc



điểm: bé trai phải có khả năng cung cấp, bảo vệ và làm cho thụ thai. Trái lại, hầu hết các nền văn hóa dựa vào sự bắt đầu có kinh là dấu hiệu chính và thường là dấu hiệu duy nhất cho biết bé gái bước sang tuổi trưởng thành (Gilmore, 1990).

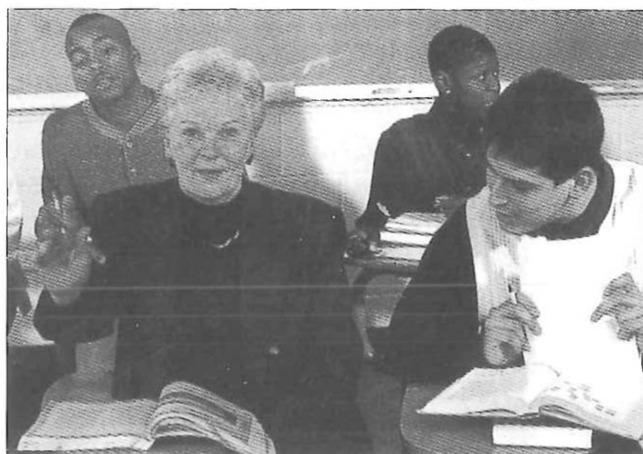
Nghi thức đánh dấu sự bắt đầu chuyển sang tuổi trưởng thành thường là nghi thức quan trọng nhất trong một nền văn hóa, được gọi là nghi thức chuyển qua. Nghi thức chuyển qua có thể bao gồm nhiều bước rất công phu kéo dài vài ngày hoặc cả tuần, hoặc có thể gói gọn trong vài phút. Người làm lễ thường ăn mặc trang phục dành cho nghi lễ, biểu thị vị trí đặc biệt của họ. Những nghi lễ này vẫn còn lưu lại dấu vết trong văn hóa phương Tây, chẳng hạn, trang phục mặc trong lễ tốt nghiệp hoặc đám cưới. Vì nghi thức thay đổi không nhiều qua thời gian, nên chúng tạo ra tính liên tục trong suốt cuộc đời (Keith, 1990). Người già hướng dẫn người trẻ thực hiện cùng một nghi thức như họ đã trải qua khi còn trẻ. Nghi thức phương Tây ít mang tính hình thức và rườm rà hơn, thật ra, bạn khó có thể bị áp đặt phải suy nghĩ về những nghi thức này. Tuy nhiên, khi bố mua cho con trai dao cạo râu đầu tiên hoặc mẹ giúp con gái trong kỳ kinh đầu tiên có thể gần gũi khi chúng ta bước vào xã hội rộng lớn hơn. Một số nhóm thiểu số vẫn duy trì nghi thức hình thức hơn như bar và bat mitzvahs. Bằng nghi thức chuyển qua, các nền văn hóa trên khắp thế giới duy trì sự liên lạc và tính liên tục xã hội qua các thế hệ.

VÀO ĐẠI HỌC

Một trong những dấu hiệu chuyển sang tuổi trưởng thành thường gặp nhất ở Mỹ là học xong. Hơn một nửa thanh niên từ 18 – 22 tuổi, dấu hiệu này có nghĩa là vào đại học (Trung tâm số liệu thống kê giáo dục quốc gia, 1993), đại học được xem là chất xúc tác giúp phát triển trí năng và cá nhân (Kitchener & King, 1989; Perry, 1970). Chúng ta khảo sát một số trong số những thay đổi nhận thức này vào cuối chương.

Chúng ta thường nghĩ đến những người từ 18 – 25 là sinh viên đại học. Tuy nhiên, khuôn mặt khu trường sở đại học đang thay đổi nhanh chóng, khi bạn nhìn quanh mình, độ tuổi trung bình của sinh viên đại học ở Mỹ khoảng 29 (Milford, 1998).

Các trường đại học thường gọi số sinh viên hơn 25 tuổi là sinh viên người lớn trở lại học tiếp *ngụ ý rằng những cá nhân này đã ở tuổi trưởng thành.* Nói chung, sinh viên người lớn trở lại học tiếp như phụ nữ trong ảnh chụp bên dưới thường là người giải quyết vấn đề, tự định hướng và thực dụng, có kinh nghiệm sống thích hợp mà họ có thể kết hợp với việc học (Harringer, 1994). So



với sinh viên đại học nhỏ tuổi hơn, sinh viên người lớn trở lại học tiếp có động cơ thúc đẩy cao hơn, quan tâm đến việc học nhiều hơn, có nhiều khả năng áp dụng suy nghĩ có phê phán trong việc học và có nhiều khả năng tương tác với ngành học hơn (Ross, 1989). Tại sao những khác biệt này tồn tại liên quan đến các loại thay đổi trong suy nghĩ xảy ra ở tuổi trưởng thành, sẽ được chúng ta tìm hiểu chi tiết trang 389 – 399.

Một nhóm người Mỹ đang trải qua kinh nghiệm vào đại học như chuyển sang tuổi trưởng thành phần lớn là những người thiểu năng. Với việc ban hành Đạo luật thiểu năng 1990, đại học và cao đẳng trở thành nơi để những người lớn này dễ tiếp cận hơn, hiện nay có nhiều dịch vụ hỗ trợ trong mọi khu trường sở. Một phần, những dịch vụ này phục vụ chức năng giáo dục, điều chỉnh thông tin sai và suy nghĩ gập khuôn về người bị bất lực. Chẳng hạn, người thiểu năng từ lâu gặp phải rào cản ở đại học và nơi làm việc (Rusch, Szymanski, & Chadsey-Rusch, 1992). Những vấn đề và chương trình này được thiết kế để giải quyết rào cản ấy được đề cập chi tiết hơn trong phần Bạn có thể ngạc nhiên.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: CÁ NHÂN BẤT LỰC TẬP QUEN VÀ SỰ CHUYỂN TIẾP VÀO ĐẠI HỌC

Số lượng sinh viên đại học thiểu năng tăng 10 lần từ cuối thập niên 1970 (McGuire, Norlander, & Shaw, 1990), các viên chức dự đoán có hơn 160.000 sinh viên đại học Mỹ có một số loại thiểu năng tập quen, chiếm 18% số sinh viên thiểu năng trong tất cả mọi loại (Madaus, 1997). Nhiều chương trình được hình thành ở các trường đại học 2 và 4 năm để giúp sinh viên bất lực (Bursuck & Rose, 1992; Gajar, 1992). Những chương trình này thay đổi từ việc cung cấp dịch vụ đào tạo và bồi dưỡng cho đến việc biên soạn tài liệu khóa học khả dụng trong các hình thức thay thế như chữ Braille chẳng hạn. Lối đi thoai thoải trong các tòa nhà giúp họ tiếp cận các phương kế và cơ hội học tập. Trong mọi trường hợp, mục tiêu của những nỗ lực như thế là giúp sinh viên thành công trong đại học với khả năng tốt nhất của họ và giải quyết sự chuyển tiếp sang thế giới việc làm tiếp theo sau.

Nhiều sinh viên thiểu năng lần đầu tiên ghi danh học trường cao đẳng cộng đồng sau khi học xong trung học (Bursuck & Rose, 1992). Cung cấp các dịch vụ hỗ trợ trong môi trường học thuật dường như đã phát huy tác dụng, hầu hết sinh viên thiểu năng đều thành công trong đại học (Bursuck & Rose, 1992; Gajar, 1992). Dịch vụ hỗ trợ cung cấp sự giúp đỡ các khía cạnh chuyển tiếp sang tuổi trưởng thành khác, chẳng hạn độc lập tài chánh cũng làm tăng khả năng thành công.

QUAN ĐIỂM TÂM LÝ HỌC

Từ quan điểm tâm lý, việc trở thành người lớn có nghĩa là tương tác với thế giới theo cách khác nhau về cơ bản. Về mặt nhận thức, thanh niên mới lớn suy nghĩ theo cách khác với vị thành niên (King & Kitchener, 1994). Về mặt hành vi, sự khác nhau chính giữa thanh niên và tuổi trưởng thành là sự giảm bớt đáng kể hành vi khinh suất như lái xe tốc độ cao, quan hệ giới tính không dùng thuốc ngừa thai hoặc có những hành động phản xã hội như cố ý phá hỏng công trình nghệ thuật (Arnett & Taber, 1994). Từ quan điểm này, thanh niên mới lớn như trong ảnh chụp vẫn có thái độ tự chủ cao và tuân thủ các quy ước xã hội (Hart, 1992).



Trên mặt trận tâm lý xã hội, đầu tuổi trưởng thành đánh dấu sự chuyển tiếp từ quan tâm nhận dạng (xem trang 332 – 338) sang quan tâm tính tự quản và thân mật, mà chúng ta tìm hiểu trong chương này và trong Chương 10 (Erikson, 1982). Trở thành độc lập với bố mẹ làm cho đứa trẻ có khả năng tự mình lo liệu, nhưng không ngụ ý làm cho mối quan hệ hoàn toàn xấu đi. Trái lại, thanh niên thường xác lập mối quan hệ bổ ích với bố mẹ như chúng ta sẽ thấy trong chương 12.

Hình thành sự thân mật

Theo Erikson, công việc quan trọng đối với thanh niên mới lớn là giải quyết mâu thuẫn tâm lý xã hội của thân mật so với cô lập. Đây là bước thứ sáu trong thuyết Phát triển tâm lý xã hội của Erikson, với những đặc điểm cơ bản được tóm tắt trong chương 1. Erikson cho rằng một khi đã xác lập nhận dạng của một người, thì người ấy sẵn sàng hình thành một nhận dạng chung với người khác, Erikson lập luận, cô gái trong ảnh chụp ngại ràng buộc với mối quan hệ dài hạn hoặc có thể quá phụ thuộc vào người bạn vì nhận dạng của mình.

Một số nghiên cứu ủng hộ quan điểm này (Matula và người khác, 1992). Chẳng hạn, Whitbourne và Tesch (1985) phỏng vấn sinh viên năm cuối cao đẳng và năm cuối đại học tuổi từ 24 – 27 khẳng định mức độ hình thành nhận dạng và sự thân mật của mình. Thật thú vị, các nhà nghiên cứu nhận thấy sự hình thành nhận dạng tiếp tục cho đến đầu tuổi trưởng thành, sinh viên năm cuối đại học được phân loại nằm trong giai đoạn hình thành nhận dạng tạm ngừng hoạt động hoặc hoàn thành hoạt động hơn sinh viên năm cuối cao đẳng (xem trang 333 – 335). Ngoài ra, có nhiều sinh viên năm cuối đại học hơn sinh viên năm cuối cao đẳng bắt đầu phát triển mối quan hệ thân mật của mình. Quan trọng nhất, những sinh viên năm cuối đại học ấy có nhận dạng được hình thành tốt thì có nhiều khả năng hơn sinh viên năm cuối đại học không có khả năng có được mối thân mật đúng nghĩa, giống như những gì Erikson mô tả.



Như thể thuyết của Erikson được ủng hộ nhưng các nhà điều tra bắt đầu tự hỏi liệu các mẫu tương tự có áp dụng cho cả nam lẫn nữ hay không. Kết quả của nghiên cứu này phức tạp hơn. Rõ ràng, hầu hết nam giới và nữ giới định hướng nghề nghiệp giải quyết vấn đề nhận dạng trước vấn đề thân mật (Dyk & Adams, 1990; Patterson, Sochting, & Marcia, 1992). Những cá nhân này học xong và chọn nghề nghiệp đầu tiên rồi mới tham gia mối quan hệ ràng buộc.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Nguồn khác nhau giới tính trong giải quyết tính thân mật là gì?

Trái lại, một số phụ nữ giải quyết vấn đề thân mật trước vấn đề nhận dạng. Họ lấy chồng và sinh con, sau khi con đã lớn và sống riêng họ mới giải quyết vấn đề nhận dạng của mình (Schiedel & Marcia, 1985; Whitbourne & Tesch, 1985). Vẫn còn có số phụ nữ khác giải quyết cùng lúc cả vấn đề nhận dạng lẫn thân mật – chẳng hạn, bằng cách tham gia mối quan hệ giúp họ phát triển nhận dạng trên cơ sở chăm sóc người khác (Dyk & Adams, 1990).

Vì thế, phần này trong thuyết của Erikson có thể áp dụng cho hầu hết các trường hợp nam và nữ giới định hướng nghề nghiệp. Nhưng nhiều phụ nữ phải

đối mặt và giải quyết vấn đề nhận dạng và thân mật ở đầu tuổi trưởng thành theo thứ tự đảo ngược hoặc thậm chí cùng lúc.

TUỔI TRƯỞNG THÀNH BẮT ĐẦU KHI NÀO?

Quan điểm được khảo sát trong phần này không đưa ra một câu trả lời dứt khoát đối với vấn đề khi nào người ta trở thành người lớn. Tất cả những gì chúng ta có thể nói là sự chuyển tiếp tùy thuộc vào văn hóa và nhiều yếu tố tâm lý. Trong các nghề nghiệp văn hóa không có nghi thức đi qua được xác định rõ, việc tự xác định mình như người lớn dựa vào nhận thức của cá nhân liệu cá nhân có đáp ứng các tiêu chuẩn quan trọng liên quan hay không.

TỰ KIỂM TRA

1. Tiêu chuẩn được áp dụng phổ biến nhất trong việc xác định một người có đến tuổi trưởng thành hay không là ______.
2. Nghi thức đánh dấu sự bắt đầu bước sang tuổi trưởng thành gọi là ______.
3. Sinh viên trên 25 tuổi được ám chỉ ______.
4. Về mặt hành vi, sự khác biệt chính giữa tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành là sự giảm bớt đáng kể tần số ______.
5. Nghiên cứu cho thấy quan điểm giải quyết nhận dạng của Erikson tiếp theo sau bằng sự thân mật mô tả rõ nhất nam và ______.
6. Tại sao hình thức nghi thức chuyển qua lại quan trọng? Xã hội phương Tây mất đi điều gì khi loại bỏ nghi thức này? Họ dành lại được những gì?

Trả lời: (1) chuyển tiếp vai trò, (2) nghi thức chuyển qua, (3) sinh viên người lớn trở lại học tiếp, (4) hành vi khinh suất, (5) phụ nữ định hướng nghề nghiệp

---

PHÁT TRIỂN CƠ THỂ VÀ SỨC KHỎE

Mục tiêu nghiên cứu

- **Thanh niên mới lớn đạt đỉnh điểm cụ thể trong khía cạnh nào?**
- **Nói chung thanh niên mới lớn khoẻ mạnh đến mức nào?**
- **Hút thuốc, uống rượu và chế độ dinh dưỡng ảnh hưởng đến sức khỏe của thanh niên mới lớn ra sao?**
- **Sức khỏe của thanh niên mới lớn như chức năng hoạt động tình trạng kinh tế, xã hội, giới tính và dân tộc khác nhau ra sao?**

Phát triển cơ thể và sức khỏe

Phát triển, sức mạnh, và chức năng sinh lý

Tình trạng sức khỏe

Yếu tố cách sống

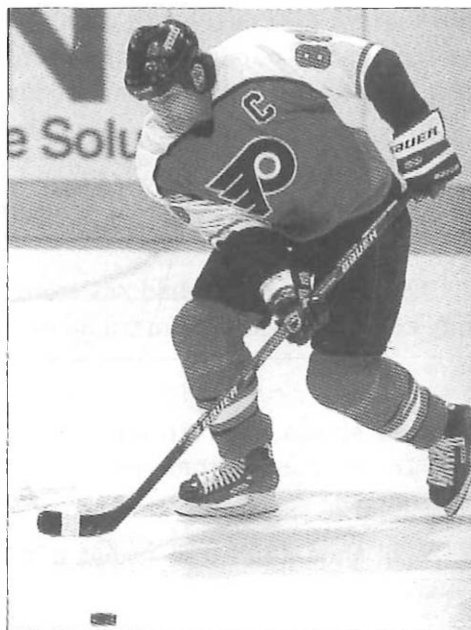
Các vấn đề xã hội, giới tính và dân tộc trong sức khỏe

JUAN 25 tuổi bắt đầu hút thuốc khi học phổ thông để được bạn bè ưa thích. Juan muốn bỏ thuốc nhưng biết rằng chuyện này không dễ. Anh cũng biết rằng bỏ thuốc hay không cũng không phải là điều quan trọng vì sức khỏe của mình không bao giờ hồi phục. Juan tự hỏi liệu bỏ thuốc có đáng giá hay không.

Juan đang ở đỉnh điểm hoạt động chức năng của cơ thể. Hầu hết thanh niên mới lớn đều đang có hình thể đẹp nhất trong cuộc đời mình. Quả thật, độ tuổi 20 là những năm tốt nhất cho công việc đòi hỏi sức bền, sinh sản và đỉnh cao trong hoạt động thể dục thể thao. Những thành tựu này phản ánh một hệ thống cơ thể đang hoạt động đỉnh cao. Nhưng chức năng hoạt động của cơ thể của con người bị tác động của một số hành vi liên quan đến sức khỏe như hút thuốc.

PHÁT TRIỂN, SỨC MẠNH, VÀ CHỨC NĂNG SINH LÝ

Khi ở tuổi thanh niên, chiều cao của bạn ở mức cao nhất (Tanner, 1978). Chiều cao cơ thể giữ nguyên không đổi trong suốt giữa tuổi trưởng thành, khi về già có phần giảm đôi chút (theo mô tả ở chương 13). Mặc dù nam giới có khối lượng cơ bắp nhiều hơn và thường khoẻ hơn nữ, sức mạnh cơ thể ở cả hai phái đạt đỉnh điểm cuối độ tuổi 20 và đầu 30, sụt giảm chậm trong suốt phần còn lại của cuộc đời (Whitbourne, 1996). Sự kết hợp và khéo léo cũng đạt đỉnh cao trong thời gian (Whitbourne, 1996). Vì những khuynh hướng này, một vài vận động viên chuyên nghiệp vẫn còn hoạt động đỉnh cao trong môn thể thao của mình khi họ ở tuổi khoảng 35. Thực ra, cá nhân như Warren Moon, cầu thủ tiền vệ chơi cho đội NFL khi 40 tuổi và Nolan Ryan, ném bóng cho đội Texas Rangers cho đến khi mình 45, đều nổi tiếng một phần vì họ là trường hợp ngoại lệ. Hầu hết các siêu sao trong



thể thao như Eric Lindros như trong ảnh chụp đều ở tuổi 20.

Độ tinh nhận cảm cũng đạt đỉnh điểm ở tuổi 20 (Whitbourne, 1985). Độ tinh thị giác vẫn còn cho đến tuổi trung niên, khi người ta có khuynh hướng viễn thị phải cần kính mới đọc báo được. Thính lực có phần nào giảm sút ở cuối độ tuổi 20, nhất là không nghe được âm sắc cao. Khi về già, thính lực giảm sút ảnh hưởng đến khả năng hiểu lời nói của người khác. Khả năng ngửi, nếm, cảm giác đau và thay đổi nhiệt độ, giữ được thăng bằng phần lớn vẫn giữ nguyên không đổi cho đến già.

TÌNH TRẠNG SỨC KHỎE

Sức khỏe nói chung của bạn như thế nào? Nếu bạn là thanh niên mới lớn, cơ hội tốt hơn 90% khi bạn cho rằng sức khỏe của mình ở mức tốt hoặc tốt hơn (USDHHS, 1998). Nói đúng ra, thanh niên mới lớn ít bị cảm và bị nhiễm trùng đường hô hấp hơn lúc còn nhỏ. Thật ra, chỉ khoảng 1% thanh niên mới lớn bị hạn chế trong khả năng hoạt động chức năng vì tình trạng liên quan đến sức khỏe.

Vì tình trạng khoẻ mạnh nói chung của thanh niên Mỹ, chết vì bệnh tật nhất là trong độ tuổi 20 tương đối hiếm cho đến cuối tuổi trung niên (Cục thống kê Mỹ, 1998). Chẳng hạn, tỉ lệ tử vong do ung thư đối với người độ tuổi 15 – 24 là 5/100.000 dân, so với 261/100.000 đối với người ở độ tuổi 45 – 61 và 1.135/100.000 đối với người trên 65 (Cục thông kê Mỹ, 1997). Thế nguyên nhân gây tử vong hàng đầu ở thanh niên Mỹ là gì? Giữa độ tuổi 25 và 44, tai nạn là nguyên nhân hàng đầu, tiếp đến là AIDS và ung thư.

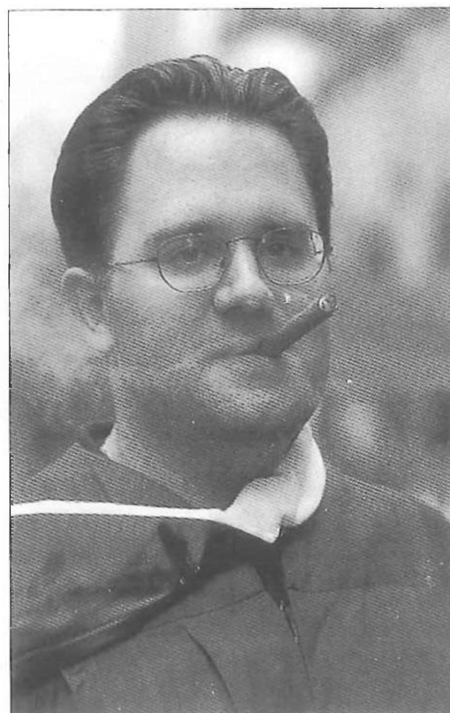
Có những khác biệt giới tính và dân tộc quan trọng trong những số liệu thống kê này (USDHHS, 1997). Nam thanh niên chết gấp 2 lần so với nữ cùng độ tuổi, hầu hết nam giới chết trong tai nạn ôtô trong khi nữ giới chết vì ung thư. Thanh niên Mỹ gốc Phi có khả năng chết gấp 2 lần thanh niên Mỹ gốc Âu và thanh niên Mỹ gốc Tây Ban Nha gặp nhiều rối loạn sức khỏe hơn các nhóm dân tộc khác phần lớn là do nghèo đói, không được chăm sóc y tế (Otten và người khác, 1990; USDHHS, 1998).

YẾU TỐ CÁCH SỐNG

Người đàn ông trong ảnh làm cái điều mà bạn không nên làm nếu bạn muốn duy trì sức khỏe tốt. Yếu tố cách sống chẳng hạn như hút thuốc, uống rượu và ăn uống qua loa ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe. Chúng ta trở lại chủ đề này trong chương 12, khảo sát các khía cạnh bổ sung của sự nâng cao sức khỏe nhất là liên quan các bệnh tim mạch và tập thể dục.

Hút thuốc

Hút thuốc là yếu tố góp phần duy nhất, nhiều nhất cho các rối loạn sức khỏe, một thực tế người ta biết rõ trong nhiều thập niên. Chỉ riêng ở Mỹ, mỗi năm có khoảng 430.000 người chết và điều trị y học các chứng bệnh liên quan đến hút thuốc mỗi



năm tốn kém hơn 100 tỉ USD (Trung tâm kiểm soát và phòng chống bệnh, 1998).

Hút thuốc có rất nhiều tai hại. Hiệp hội ung thư Mỹ dự đoán hơn một nửa số ca ung thư (bao gồm ung thư phổi, thanh quản, miệng, thực quản, bàng quang, thận, tụy tạng, và cổ tử cung) đều liên quan đến hút thuốc. Bệnh khí thũng, căn bệnh làm hỏng túi khí trong phổi chủ yếu là do hút thuốc mà ra, khí CO_2 và nicotine hít vào trong khói thuốc làm cho bệnh tim mạch dễ phát triển (Wantz & Gay, 1981). Như đã nêu trong chương 2, nicotine trong thuốc lá có tiềm năng gây quái thai, hút thuốc trong khi mang thai có thể chết ngay khi sinh, trọng lượng sinh thấp, hoặc chết gần khi sinh.

Người không hút thuốc như người trong ảnh chụp (phía trên trang 382) hít phải khói thuốc trong môi trường cũng có nguy cơ mắc bệnh liên quan đến khói thuốc, mỗi năm có 3.000 người không hút thuốc chết vì ung thư phổi và 300.000 trẻ bị bệnh phổi ở Mỹ do khói thuốc trong môi trường (Trung



tâm kiểm soát và phòng chống bệnh, 1998; Nachtigall & Nachtigall, 1990). Vì những lý do này, nhiều tiểu bang và cộng đồng thông qua các dự luật nghiêm cấm hút thuốc nơi công sở và cấm hoàn toàn trên các chuyến bay trong nước Mỹ và trên nhiều chuyến bay quốc tế.

Juan, thanh niên trong minh họa là điển hình cho người muốn cai thuốc. Hầu hết mọi người cố gắng cai thuốc thường trong đầu tuổi trưởng thành. Mặc dù một số người hút thuốc muốn cai thuốc nhận thấy các chương trình chính thức có ích cho mình, có hơn 90% số người muốn cai làm như thế. Nhưng theo Juan dự đoán, cai thuốc không phải chuyện dễ, 70 - 80% số người muốn cai ít nhất một lần rồi tiếp tục hút lại (Cohen và người khác, 1989). Đối với hầu hết mọi người, chỉ cai được thuốc sau một thời gian dài ngưng hút rồi hút lại nhiều lần.

Cho dù chuyện gì xảy ra đi nữa, cai thuốc có lợi rất lớn đối với sức khỏe. Chẳng hạn, phụ nữ bỏ thuốc 3 năm sẽ giảm nguy cơ bị bệnh nhồi máu cơ tim ngang bằng với phụ nữ chưa hề hút thuốc (Rosenberg, Palmer, & Shapiro, 1990). Nguy cơ ung thư phổi sẽ như người bình thường sau thời gian 10 -15 năm cai thuốc. Thậm chí những người không cai thuốc cho đến khi già (thậm chí sau tuổi 70) mới cai thuốc cũng biểu hiện sự cải thiện sức khỏe thấy rõ (LaCroix và người khác, 1991). Tóm lại, chứng cứ đã rõ: nếu bạn không hút thì đừng nên tập. Nếu bạn đã hút bỏ thuốc ở độ tuổi nào cũng không bao giờ muộn.

Uống rượu

Nếu bạn hơn 21 tuổi, thường gặp nhiều dịp uống rượu, hơn một nửa số người ở Mỹ đều uống rượu trước tuổi 21 (Trung tâm số liệu thống kê y tế quốc gia, 1997). Tổng số rượu tiêu thụ ở các nước công nghiệp đã giảm trong vài thập niên qua (Wattis & Seymour, 1994), một phần là để đối phó với luật pháp cấm uống rượu khi lái xe và chưa đến tuổi.

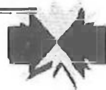
Đối với đa số, uống rượu không mang lại rối loạn sức khỏe nghiêm trọng miễn là đừng uống quá nhiều và đừng lái xe khi uống rượu nhiều. Thật ra, nhiều nghiên cứu cho thấy nhiều người như trong ảnh chụp bên dưới mỗi ngày uống hơn 2 ly bia. Uống rượu có thể có lợi, chẳng hạn, uống ít (một ly bia hoặc rượu vang mỗi ngày) có nguy cơ đột quỵ ít hơn người kiêng rượu hoặc người uống rượu nhiều, thậm chí sau khi kiểm soát bệnh cao huyết áp, hút thuốc và trị liệu (Gill và người khác, 1986).

Một kiểu uống rượu đặc biệt gây rắc rối cho thanh niên, nhất là sinh viên đại học, là chè chén say sưa, *tức là uống một lần từ 5 cốc rượu trở lên đối với nam và một lần uống từ 4 cốc trở lên đối với nữ trong*



vòng 2 tuần. Chè chén say sưa được nhận dạng là một rối loạn sức khỏe nghiêm trọng (Wechsler và người khác, 1994; Gfroerer, Greenblatt, & Wright, 1997) là tâm điểm của nhiều nỗ lực nhằm giảm số lượng sinh viên đại học chè chén say sưa. Như được đề cập trong phần Tranh luận hiện nay, đã có những nỗ lực này khi cả nước chú ý đến cách giải quyết, thật không may khi chè chén say sưa dẫn đến tử vong do tai nạn ôtô làm chết người như rạ.

TRANH LUẬN HIỆN NAY: TÌNH TRẠNG CHÈ CHÉN SAY SƯA TRONG TRƯỜNG ĐẠI HỌC

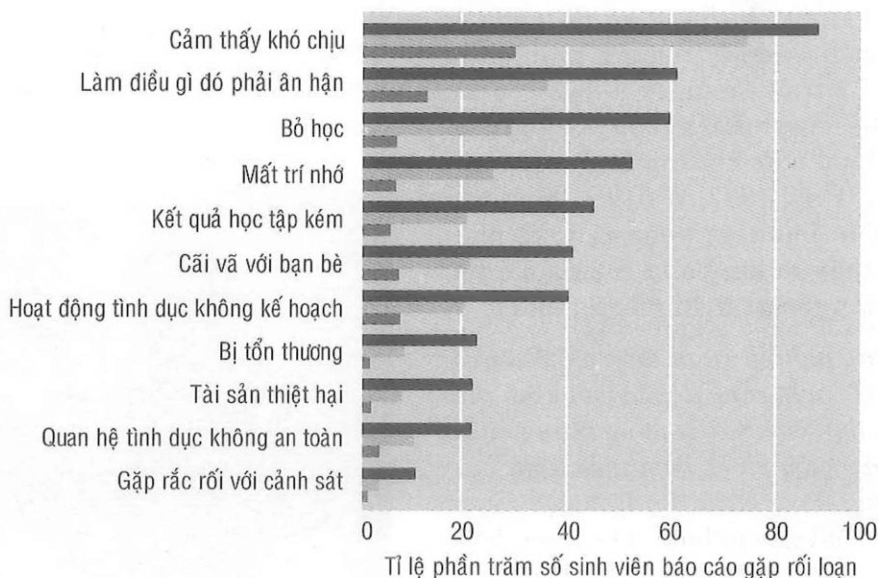


Một quan điểm được nhiều người tán thành về cuộc sống trong trường đại học là thời điểm thanh niên "được tự do" và tham gia tất cả hoạt động xã hội. Đối với nhiều sinh viên, hoạt động này bao gồm uống rượu. Thực ra, đối với nhiều sinh viên, các buổi liên hoan trong trường và uống rượu hầu như đồng nghĩa.

Thật không may, uống rượu ở sinh viên đại học thường vượt quá mức trung bình. Chè chén say sưa đang bùng phát ở các trường đại học Mỹ. Trong một khảo sát trên toàn quốc với hơn 17.500 sinh viên tham gia, 44% báo cáo họ là người chè chén say sưa (Wechsler và người khác, 1994). Mặc dù sinh viên ở độ tuổi 17 – 23 có nhiều khả năng chè chén say sưa hơn sinh viên lớn tuổi, nhưng không có sự liên hệ nào giữa năm học và mức độ chè chén say sưa.

Chè chén say sưa vô cùng nguy hiểm. Những hôn mê và tử vong chỉ là hai trong vô số hậu quả bất lợi của chè chén say sưa. Như bạn thấy trong biểu đồ bên dưới, mức độ các rối loạn liên quan đến uống rượu, bao gồm bỏ học và có hành vi quan hệ tình dục không mong muốn, ở sinh viên chè chén say sưa cao hơn nhiều, nhất là ở những sinh viên chè chén say sưa từ 2 lần trở lên trong thời gian 2 tuần ("những người chè chén say sưa thường xuyên"). Những rối loạn này có hậu quả kéo dài rất nghiêm trọng, từ điểm số kém hay mang thai không có kế hoạch cho đến nhiễm các bệnh lây truyền qua đường tình dục.

Cũng quan trọng nhưng thường bị bỏ qua là tác dụng gián tiếp, những hậu quả liên quan đến uống rượu tiêu cực này được người khác cảm nhận, chẳng hạn một người không uống rượu có thể bị thóa mạ, tấn công hoặc phải chăm sóc một người chè chén say sưa đang bị ốm, đến lượt những sinh viên chăm sóc này cũng bị ảnh hưởng trong học tập.



Nhiều trường cao đẳng và đại học đang phát triển các chương trình để giải quyết vấn đề thường gặp này. Vì sinh viên tham gia các hoạt động ngoại khoá, làm việc bán thời gian hoặc học mỗi ngày hơn 4 tiếng ít có khả năng chè chén say sưa hơn (Wechsler và người khác, 1995), chương trình yêu cầu sinh viên tham gia những hoạt động như thế có thể gặt hái một số thành công. Vì sinh viên đại học chè chén say sưa có nhiều khả năng từng là học sinh chè chén say sưa ở phổ thông nên chiến lược tập trung vào học sinh phổ thông cũng rất quan trọng.

Điều mấu chốt là phải thay đổi văn hóa của trường đại học từ một môi trường tán thành chè chén say sưa sang một môi trường nơi chè chén say sưa bị mọi người phản đối. Cho dù hiện nay chương trình có thực sự hạ thấp mức độ chè chén say sưa đi nữa thì một điều chắc chắn phải bàn là giải quyết triệt để nạn chè chén say sưa.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một số chiến lược thành công để giảm bớt sự chè chén no say là gì?

Trong 10 người uống rượu và các thành viên trong gia đình của họ có khoảng 1 người bị thiệt hại đáng kể. Khoảng 18 triệu người Bắc Mỹ nghiện rượu nặng, khoảng 11 triệu trong số này là con sâu rượu. Khả năng nghiện rượu vẫn tương đối không đổi ở mức khoảng 10% trong suốt cuộc đời (Post, 1987; Wattis & Seymour, 1994). Tuy nhiên, sự nhận dạng cá nhân thường thấy rõ khi họ là sâu rượu ở tuổi trung niên (Scott & Mitchell, 1988).

Chứng nghiện rượu được hầu hết các chuyên gia nghĩ rằng đây là một hình thức nghiện, *nghĩa là người uống rượu phải lệ thuộc vào rượu và có cảm giác lãnh đạm khi không uống rượu.* Sự lệ thuộc xảy ra khi một chất gây nghiện, như rượu chẳng hạn, được kết hợp vào chức năng hoạt động của các tế bào cơ thể đến mức chất gây nghiện trở thành yếu tố cần thiết để cơ thể hoạt động chức năng bình thường (Berkow, 1987). Chứng nghiện rượu xảy ra khi một người quá lệ thuộc vào rượu đến mức rượu cản trở mối quan hệ cá nhân, sức khỏe, nghề nghiệp và chức năng hoạt động xã hội của anh ta.

Vì sự nhận dạng chứng nghiện rượu thấy rõ nhất ở tuổi trung niên nên hầu hết mọi người tìm cách điều trị khi ở đầu tuổi trưởng thành (Scott & Mitchell, 1988). Cách điều trị phổ biến nhất là Hội nghiện rượu nặc danh, do hai người từng là sâu rượu thành lập ở Akron, Ohio, vào năm 1935. Các tiếp cận điều trị khác bao gồm các chương trình điều trị nội trú và ngoại trú trong các trung tâm điều trị, sửa đổi hành vi và liệu pháp nhóm (Zimberg, 1985). Thông thường, mục tiêu của những chương trình này là kiêng cữ. Thật không may, chúng ta chưa biết nhiều về sự thành công dài hạn của các chương trình khác nhau.

Chế độ dinh dưỡng

Đã bao nhiêu lần bố mẹ khuyên bạn ăn rau? Hoặc có thể bố mẹ bảo, “con cứ ăn gì tùy thích”. Hầu hết mọi người đều bất đồng với bố mẹ về thức ăn khi mình đã lớn, nhưng như người lớn giống như trong ảnh chụp sau này họ nhận thấy đậu lima và các loại rau quả khác rất có lợi cho sức khỏe.



Các chuyên gia cũng đồng ý rằng chế độ dinh dưỡng trực tiếp ảnh hưởng đến hoạt động chức năng tâm thần, cảm xúc và cơ thể (McDonald & Sapone, 1993; Steen, 1987). Yêu cầu dinh dưỡng và thói quen ăn uống thay đổi trong suốt cuộc đời. *Sự thay đổi này chủ yếu là do sự khác nhau trong* chuyển hóa, *hoặc cơ thể cần bao nhiêu năng lượng.* Sự chuyển hóa của cơ thể và quá trình tiêu hóa chậm dần theo độ tuổi (McDonald & Sapone, 1993).

Yêu cầu đối với một số dưỡng chất cụ thể cũng thay đổi nhưng những yêu cầu khác vẫn giữ nguyên (McDonald & Sapone, 1993; Steen, 1987). Thanh niên phải ăn nhiều chất xơ hơn người cao tuổi vì thanh niên cần nhiều năng lượng để sự chuyển hóa cao hơn hoạt động tốt. Tuy nhiên, nhu cầu về chất đạm, vitamin, và chất khoáng ít có thay đổi trong tuổi trưởng thành.

Bạn có từng lo lắng khi ăn hết ổ bánh kem 3 tầng thay vì chỉ nên ăn sữa chua đông lạnh không có chất béo hay không? Nếu thế, bạn là một trong những người có nguy cơ bị bệnh tim (theo nghĩa đen) vì có sự liên hệ giữa chế độ ăn uống và bệnh tim mạch. Hiệp hội tim mạch Mỹ (1990) đề nghị thức ăn có nhiều chất béo bão hòa (như món bánh kem ưa thích của chúng ta) nên được thay bằng thức ăn ít chất béo hơn (như sữa chua đông lạnh không chất béo).

Mục tiêu chính của những đề nghị này là giảm lượng cholesterol. Cholesterol cao là một yếu tố gây bệnh tim mạch. *Có sự khác biệt quan trọng giữa hai loại cholesterol khác nhau:* lipoprotein tỉ trọng thấp (LDLs) *và* lipoprotein tỉ trọng cao (HDLs). Lipoprotein là hóa chất nhiều chất béo đi kèm với chất đạm được vận chuyển trong máu. LDLs là nguyên nhân làm cho các chất béo lắng đọng tích tụ trong tĩnh mạch, cản trở sự lưu thông của máu, trong khi HDLs giúp làm thông tĩnh mạch và phân hủy LDLs. Số lượng

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một số yếu tố tâm lý và xã hội quan trọng liên quan đến chế độ ăn uống ít chất béo là gì?

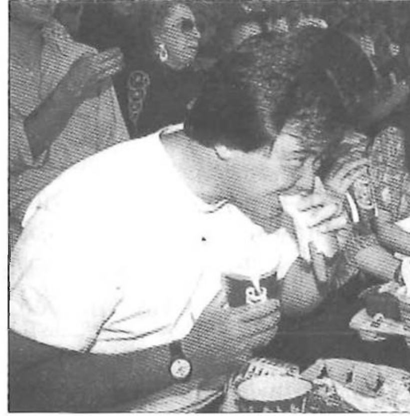
cholesterol nói chung không nhiều nhưng tỉ lệ giữa LDLs so với HDLs mới là điều quan trọng trong việc sàng lọc cholesterol. Lượng LDLs cao là yếu tố gây bệnh tim mạch và lượng HDLs cao được xem là yếu tố bảo vệ. Giảm lượng LDLs có hiệu quả trong việc loại trừ bệnh tim mạch ở người lớn thuộc mọi độ tuổi (Luwik và người khác, 1991). Lượng HDLs có thể tăng khi tập thể dục và chế độ ăn uống có nhiều chất xơ. Kiểm soát trọng lượng cũng là một thành phần quan trọng.

Một số nhà nghiên cứu cho rằng chế độ ăn uống đóng vai trò trong khoảng 1/3 số ca bệnh ung thư. Chẳng hạn, lượng chất béo cao trong ăn uống làm tăng nguy cơ ung thư vú, tụy tạng, tuyến tiền liệt, buồng trứng và ruột kết (Petrus & Vetrosky, 1990). Chứng cứ ủng hộ sự liên hệ giữa chế độ ăn uống và bệnh ung thư qua một nghiên cứu giữa các nền văn hóa ở phụ nữ Nhật Bản và phụ nữ Mỹ gốc Nhật. Phụ nữ Nhật có nhiều khả năng bị ung thư bao tử và thực quản hơn, cùng với lượng nitrate trong ăn uống cao trong khi phụ nữ Mỹ gốc Nhật có nhiều khả năng ung thư vú đi kèm với lượng chất béo trong ăn uống cao. Những chứng cứ này rõ ràng chứng minh rằng chế độ ăn uống và sức khỏe có sự kết hợp rất quan trọng.

CÁC VẤN ĐỀ XÃ HỘI, GIỚI TÍNH VÀ DÂN TỘC TRONG SỨC KHỎE

Người nào trong số hai người trong ảnh chụp (trang 386) khỏe mạnh hơn? Tại sao? Chúng ta đã phát biểu rằng mặc dù hầu hết thanh niên đều rất khỏe mạnh





nhưng cũng có những khác biệt quan trọng ở từng người. Chúng ta hãy khảo sát những khác biệt ấy là gì?

Yếu tố xã hội

Hai ảnh hưởng xã hội quan trọng nhất đối với sức khỏe là tình trạng kinh tế xã hội và trình độ văn hóa. Ở Mỹ mức thu nhập là yếu tố quyết định chính sự khỏe mạnh của một người phần lớn vì thu nhập liên kết với sự tiếp cận chăm sóc y tế phù hợp. Bất kể nhóm dân tộc, những người sống trong cảnh nghèo đói có nhiều khả năng sức khỏe kém hơn người khá giả.

Liên quan với thu nhập là trình độ văn hóa. Sinh viên tốt nghiệp đại học ít có khả năng bị bệnh mãn tính như cao huyết áp và tim mạch như số thanh niên không vào đại học. Thật ra, những người có trình độ kém hơn không những có nhiều khả năng mắc bệnh mãn tính hơn mà còn có nhiều khả năng tử vong vì bệnh mãn tính. Trong một mẫu rộng, đại diện của 5.652 người lớn đang làm việc tuổi từ 18 – 64, trình độ văn hóa đi kèm với sức khỏe tốt thậm chí khi bị tác động của độ tuổi, giới tính, dân tộc và hút thuốc (Pincus, Callahan, & Burkhauser, 1987).

Trình độ văn hóa có mang lại sức khỏe tốt hay không? Không hẳn. Trình độ văn hóa cao hơn đi kèm với thu nhập cao hơn cũng như nhận thức về các ảnh hưởng của cách sống và chế độ ăn uống đối với sức khỏe nhiều hơn. Vì thế, người có trình độ văn hóa cao hơn thường có vị trí tốt hơn trong việc tiếp cận chăm sóc y tế và hiểu biết về các loại thực phẩm, cách sống ảnh hưởng đến sức khỏe.

Giới tính

Phái nào khỏe mạnh hơn? Câu hỏi này khó trả lời chủ yếu là vì cho đến thập niên 1990 người ta không đưa phụ nữ vào trong nhiều nghiên cứu sức khỏe quan trọng (Kolata, 1990b). Chẳng hạn, hầu hết số liệu theo chiều dọc về yếu tố rủi ro gây bệnh tim mạch đều lấy từ nghiên cứu ở nam giới. Chúng ta biết rõ rằng phái nữ sống thọ hơn phái nam, vì những lý do được đề cập trong chương 13. Phụ nữ cũng sử dụng các dịch vụ chăm sóc y tế thường xuyên hơn vì họ thường chú ý nhiều về những thay đổi trong cơ thể (Nathanson & Lorenz, 1982).

Sự khác nhau giữa các nhóm dân tộc

Ở Mỹ điều kiện sức khỏe tồi tệ nhất nằm ở các khu ổ chuột nội thành. Chẳng hạn, nam giới Mỹ gốc Phi ở khu Harlem, New York có tuổi thọ mong đợi thấp hơn nam giới ở một số nước thuộc Thế giới thứ ba (McCord & Freeman, 1990). Giống như người trong ảnh chụp (trang 387), nhiều



cư dân nội thành phải khám bệnh ở những nơi đông đúc. Tại sao có chuyện này?

Lý do chính là nghèo đói và phân biệt chủng tộc. Như đã nêu nghèo đói thường đi kèm với chế độ dinh dưỡng kém, chăm sóc y tế không phù hợp trong suốt cuộc đời (Otten và người khác, 1990). Thậm chí, khi đã tiếp cận chăm sóc y tế thì người Mỹ gốc Phi cũng ít có khả năng được phẫu thuật động mạch vành, ghép thận và các điều trị khác như người Mỹ gốc Âu (Hội đồng nghiên cứu vấn đề dân tộc và pháp lý, 1990).

Nhưng còn có một yếu tố khác: căng thẳng liên quan với phân biệt chủng tộc. Không như nam giới ở hầu hết các nước Thế giới thứ ba, nam giới Mỹ gốc Phi là mục tiêu của chế độ phân biệt chủng tộc. Nghiên cứu chứng minh rằng những người phải kiềm chế sự giận dữ của mình thì càng có nguy cơ bệnh cao huyết áp. Những người bị phân biệt chủng tộc không nghĩ rằng mình nên thể hiện sự giận dữ, phải kiềm chế, vì thế càng dễ bệnh. Cùng với tố chất sinh lý của nhiều người Mỹ gốc Phi khi bị căng thẳng thì trong thận thường lưu giữ Natri, dẫn đến bệnh thận, kết hợp với phản ứng có thể dẫn đến tử vong (Goleman, 1990).

Ở mức độ các nhóm dân tộc khác phải chịu đựng do nghèo khó và không thể có được chăm sóc y tế thích hợp nên sức khỏe cũng kém hơn. Vì thế, cho đến khi giải quyết vấn đề nghèo đói, chăm sóc y tế và phân biệt chủng tộc thì các nhóm thiểu số nội thành mới không bị bất lợi nghiêm trọng về sức khỏe.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: TUỔI TRƯỞNG THÀNH KHỎE MẠNH



Trong phần này, chúng ta hiểu rằng sự phát triển cơ thể ở đầu tuổi trưởng thành bao gồm một tập hợp các ảnh hưởng tương tác. Trên mặt trận sinh học, di truyền học đóng vai trò quan trọng. Chúng ta có thể kế thừa khả năng thể thao nổi bật (hoặc không) và chúng ta có nhiều tố chất bảo vệ cơ thể chống cự bệnh tim mạch hoặc chứng nghiện rượu. Về mặt tâm lý chúng ta biết nhiều hơn về ảnh hưởng của cách sống đối với sức khỏe cơ thể. Như chúng ta sẽ thấy trong phần kế tiếp, chúng ta có khả năng nhận thức để suy nghĩ về những gì nên ăn và làm gì có lợi cho cơ thể. Ảnh hưởng văn hóa xã hội của sự nghèo đói rất mạnh, giảm chất lượng chăm sóc y tế mà người nghèo có quyền tiếp cận. Ý nghĩa quan trọng của tác động chu kỳ đời sống cũng quan trọng mặc dù ít thấy hơn. Như chúng ta nhìn thấy trong chương 12 và 13, quyết định cách sống và sức khỏe mà chúng ta chọn khi còn thanh niên có ảnh hưởng sâu sắc cho đến già, chẳng hạn việc không duy trì đủ lượng canxi thích hợp khi về già sẽ bệnh loãng xương, khi còn trẻ ăn nhiều chất béo sẽ mắc bệnh tim mạch khi về già.

Điều quan trọng là chúng ta phải hiểu được các tác động phát triển cơ bản tương tác với nhau ra sao. Chẳng hạn, các chương trình can thiệp sẽ không tác dụng nếu không xét đến ảnh hưởng tương quan nhau giữa những sự khác nhau ở từng người trong di truyền học, mức độ phát triển nhận thức và tiếp cận chăm sóc. Ngoài ra, tiền bạc bỏ ra để phòng bệnh vào một thời điểm nào đó trong cuộc đời sẽ thu được món lãi rất lớn khi chữa trị bệnh sau này. Một cách tìm hiểu mô hình Tâm sinh học xã hội hoạt động ra sao là phải nghĩ đến một rối loạn sức khỏe chính, nhận dạng một chương trình hiện có nhằm mục đích giải quyết vấn đề, và phân tích vấn đề để tìm hiểu liệu tất cả các tác động đối với sự phát triển có được giải quyết hay không. Kết quả phân tích của bạn sẽ làm bạn ngạc nhiên.

TỰ KIỂM TRA

1. Trong đầu tuổi trưởng thành, hầu hết mọi người đạt đến ______ tối đa.
2. Độ tinh tế nhận cảm đạt đỉnh điểm trong ______.
3. Trong độ tuổi 20, chết vì bệnh là ______.
4. Thanh niên ______ có nhiều khả năng chết nhất.
5. ______ là yếu tố góp phần lớn nhất cho các rối loạn sức khỏe.
6. Chứng nghiện rượu được hầu hết các chuyên gia xem là một hình thức ______.
7. Hai ảnh hưởng xã hội quan trọng nhất đối với sức khỏe là trình độ văn hóa và ______.
8. Ở Mỹ, tình trạng sức khỏe tệ hại nhất đối với người Mỹ gốc Phi sống trong ______.
9. Bạn thiết kế một hệ thống chăm sóc y tế đưa ra sáng kiến về cách sống khỏe mạnh trong đầu tuổi trưởng thành như thế nào?

Trả lời: (1) chiều cao, (2) độ tuổi 20, (3) hiếm, (4) nam giới, (5) hút thuốc, (6) nghiện, (7) tình trạng kinh tế xã hội, (8) các khu ổ chuột nội thành

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trí'năng ở tuổi trưởng thành là gì?**
- **Các loại khả năng nào được nhận dạng? Khả năng này thay đổi ra sao?**
- **Suy nghĩ hậu – chính thức là gì? Khác với hoạt động chính thức ra sao?**

Phát triển nhận thức

Chúng ta nghĩ gì về trí năng ở người lớn?

Điều gì diễn ra đối với trí năng ở tuổi trưởng thành?

Vượt khỏi hoạt động chính thức: Suy nghĩ về tuổi trưởng thành

SUSAN, một phụ nữ 33 tuổi, làm nghề thư ký, gần đây bị thất nghiệp, cô đăng ký ở trường đại học. Vào ngày đầu tiên học lớp, cô rất lo âu, "mình rất lo không biết có học bằng số sinh viên nhỏ tuổi hơn không, lo rằng mình không đủ thông minh. Cứ đoán xem ít lâu sau mình sẽ tìm được điều gì đây?"

Nhiều sinh viên người lớn trở lại trường học tiếp như Susan lo rằng mình không "thông minh" để theo kịp số sinh viên 18, 19 tuổi. Lo sợ này có thực tế hay không? Trong phần này, chúng ta khảo sát chứng cứ liên quan đến hoạt động trí năng ở tuổi trưởng thành. Chúng ta sẽ tìm hiểu nên trả lời câu hỏi này như thế nào

còn tùy thuộc vào loại kỹ năng trí tuệ đang được sử dụng.

CHÚNG TA NGHĨ GÌ VỀ TRÍ NĂNG Ở NGƯỜI LỚN?

Chúng ta tạm ngưng để làm một bài tập ngắn. Bạn hãy lấy giấy ra, viết hết tất cả khả năng mà bạn nghĩ phản ánh được trí năng ở người lớn giống như người phụ nữ trong ảnh. Khi bạn viết xong, hãy đọc tiếp để xem nhận thức của mình có khớp với kết quả nghiên cứu hay không.

Thật an toàn khi bạn liệt kê nhiều khả năng phản ánh trí năng ở người lớn. Không chỉ có riêng bạn. *Hầu hết thuyết Trí năng đều là thuyết* Đa khía cạnh – *nghĩa là người ta nhận dạng nhiều loại khả năng trí năng.* Như được đề cập trong chương 6, có sự bất đồng về số lượng và loại khả năng nhưng hầu hết mọi người đồng ý rằng không có loại trí năng duy nhất nào mang tính chung là nguyên nhân tạo ra mọi loại hoạt động trí tuệ khác nhau mà chúng ta đang thực hiện.

Sternberg (1985) nhấn mạnh tính đa khía cạnh trong thuyết Trí năng tam đầu của ông. Baltes cùng đồng nghiệp đưa ra ba khái niệm khác cho là quan trọng đối với sự phát triển trí năng ở người lớn: tính đa hướng, tính có thể thay đổi giữa cá nhân với nhau và tính linh động (Baltes, 1993; Baltes, Dittmann-Kohli, & Dixon, 1984; Dittmann-Kohli & Baltes, 1990; Schaie, 1995). Chúng ta hãy khảo sát lần lượt từng khái niệm.



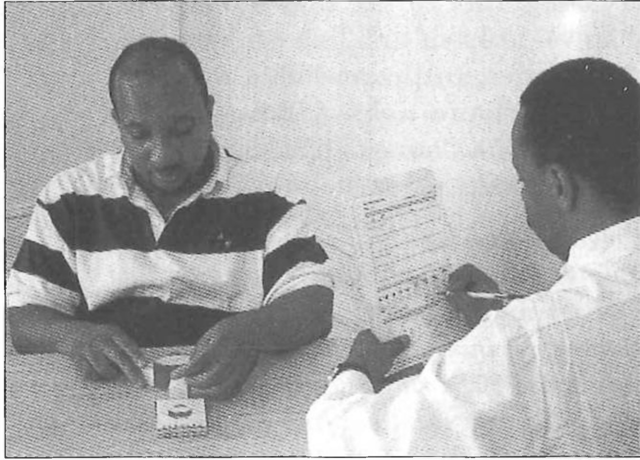
Qua thời gian, khả năng khác nhau làm nền tảng cho trí năng của người lớn thể hiện tính đa hướng: *Một số khía cạnh trí năng cải thiện trong khi các khía cạnh khác giảm sút trong tuổi trưởng thành. Liên quan mật thiết với tính đa hướng là* tính có thể thay đổi giữa cá nhân *với nhau: những mẫu thay đổi này cũng khác nhau ở từng người.* Trong hai phần kế tiếp, chúng ta sẽ khảo sát chứng cứ cho cả tính đa hướng lẫn tính có thể thay đổi giữa cá nhân khi chúng ta khảo sát các xu hướng phát triển đối với tập hợp khả năng trí năng cụ thể.

Sau cùng, khả năng của con người phản ánh tính linh động: *chúng không cố định nhưng có thể được sửa đổi trong điều kiện thích hợp vào một thời điểm bất kỳ trong tuổi trưởng thành.* Vì hầu hết nghiên cứu về tính linh động đều tập trung vào người già, chúng ta trở lại chủ đề này trong Chương 13.

Baltes cùng đồng nghiệp nhấn mạnh rằng trí năng có nhiều thành phần và những thành phần này thể hiện sự phát triển thường khác nhau trong khả năng khác nhau và con người khác nhau. Quan điểm của họ có quan hệ mật thiết với thuyết của Riley (1979) rằng sự phát triển diễn ra vì sự kết hợp của các tác động Sinh học, tâm lý, văn hóa xã hội và chu kỳ đời sống. Chúng ta hãy chú ý đến chứng cứ ủng hộ quan điểm lý thuyết này.

ĐIỀU GÌ DIỄN RA ĐỐI VỚI TRÍ NĂNG Ở TUỔI TRƯỞNG THÀNH?

Dựa vào thực tế trí năng ở người lớn là một cấu trúc phức tạp, nhiều khía cạnh,



vậy chúng ta tìm hiểu trí năng ở người lớn như thế nào? Hai cách thông thường bao gồm trắc nghiệm chính thức và đánh giá kỹ năng giải quyết vấn đề thực tế. Kiểm tra chính thức chẳng hạn như trắc nghiệm trong ảnh chụp thường đánh giá khả năng sơ cấp và thứ cấp và bao gồm các trắc nghiệm để tính điểm số IQ nói chung giống như trắc nghiệm được đề cập trong chương 6. Trắc nghiệm liên quan đến vấn đề thực tế đánh giá khả năng của con người áp dụng trí năng trong tình huống hằng ngày. Vì thế điều gì diễn ra trong mỗi loại khả năng?

Khả năng sơ cấp

Từ thảo luận trước đây, chúng ta biết rằng trí năng bao gồm nhiều kỹ năng và khả năng khác nhau. *Từ thập niên 1930, các nhà nghiên cứu đồng ý rằng khả năng trí năng có thể được nghiên cứu như các nhóm kỹ năng có liên quan (chẳng hạn như trí nhớ hoặc khả năng nhớ hoặc khả năng không gian) được sắp xếp thành những cấu trúc giả thuyết được gọi là* khả năng trí tuệ sơ cấp. Khoảng 25 khả năng trí tuệ sơ cấp được nhận dạng (Horn, 1982). Vì khó nghiên cứu tất cả những khả năng trí tuệ sơ cấp, nên các nhà nghiên cứu tập trung vào năm khả năng tượng trưng:

- *Con số* – kỹ năng cơ bản làm nền tảng cho lập luận toán học
- *Sự lưu loát từ ngữ* – chúng ta đưa ra mô tả sự vật bằng lời dễ dàng đến mức nào
- *Ý nghĩa lời nói* – khả năng từ vựng
- *Lập luận quy nạp* – khả năng ngoại suy từ các vấn đề cụ thể đến khái niệm chung
- *Định hướng không gian* – khả năng lập luận

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: NGHIÊN CỨU THEO CHIỀU DỌC SEATTLE

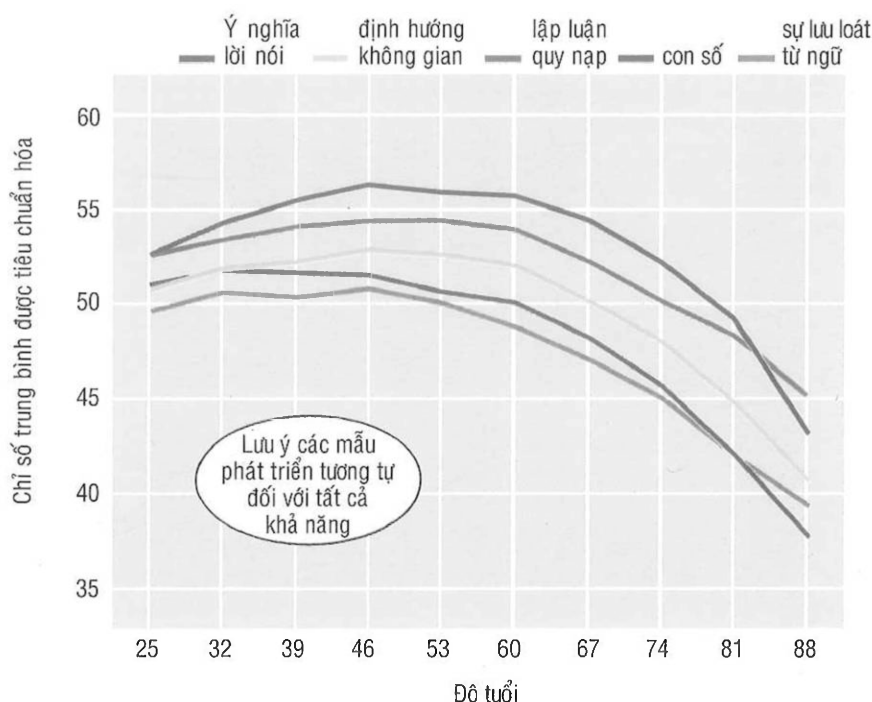


Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Trong thập niên 1950, ít có thông tin về thay đổi theo chiều dọc ở khả năng trí năng của người lớn. Điều gì ít thấy được thể hiện bằng một mẫu phát triển hoàn toàn khác với hình ảnh giảm sút chéo qua bảng thu được trong các nghiên cứu cắt ngang. Để đưa ra một hình ảnh hoàn chỉnh hơn về sự thay đổi trí năng, K. Warner Schaie bắt đầu Nghiên cứu theo chiều dọc Seattle năm1956.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Schaie sử dụng trắc nghiệm tiêu chuẩn hóa khả năng trí tuệ sơ cấp để đánh giá một dải rộng các khả năng chẳng hạn lập luận logic và khả năng không gian.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Trong quá trình nghiên cứu, hơn 5.000 người được trắc nghiệm trong sáu chu kỳ trắc nghiệm (1956, 1963, 1970, 1977, 1984, và 1991). Những người tham gia đại diện cho 75% phân tầng kinh tế xã hội phía trên và được tuyển dụng thông qua một tổ chức bảo vệ sức khỏe rất lớn ở Seattle.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Để đưa ra một quan điểm hoàn chỉnh về thay đổi trí năng qua thời gian, Schaie nghĩ rằng một loại thiết kế nghiên cứu mới – thiết kế theo chuỗi. Những người tham gia được trắc nghiệm mỗi 7 năm. Như hầu hết các nghiên cứu theo chiều dọc, nghiên cứu theo chuỗi của Schaie gặp phải tác dụng của tính chọn lọc – nghĩa là, những người trở lại qua nhiều năm để trắc nghiệm lại ban đầu thường thực hiện tốt hơn những



Schaie, 1994.

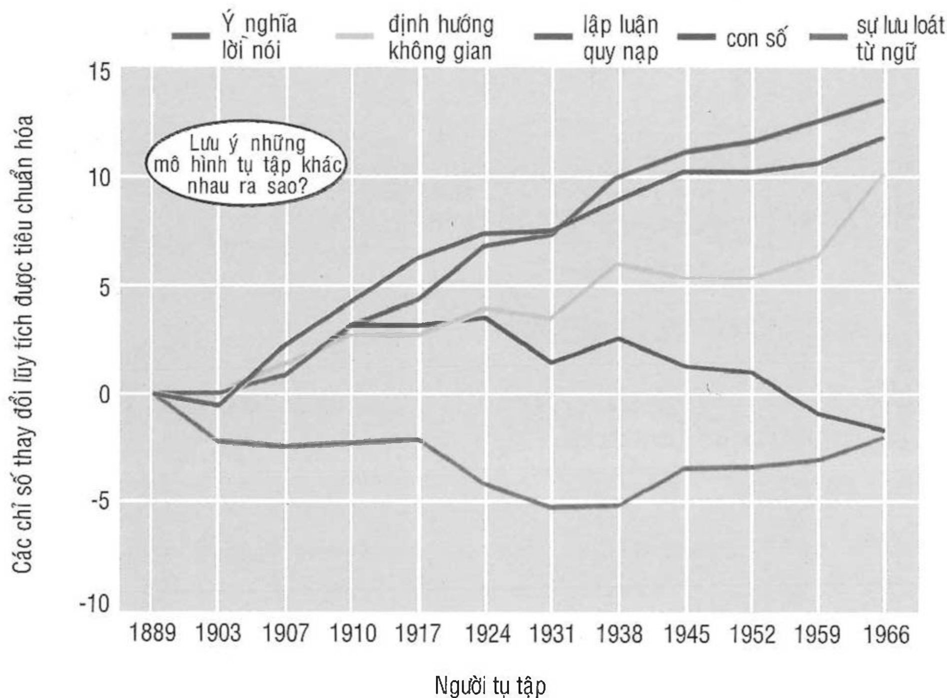
người không trở lại tham gia. Tuy nhiên, một lợi thế trong thiết kế theo chuỗi của Schaie là bằng cách đưa vào các nhóm người tham gia mới, ông có thể dự đoán tầm quan trọng của tác dụng chọn lọc, một sự cải thiện quan trọng so với nghiên cứu trước đây.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Vấn đề quan trọng nhất trong một nghiên cứu bất kỳ là qua thời gian người tham gia phải được giữ kín. Vì tên người phải được giữ lại để tiếp xúc sau này, các nghiên cứu rất cẩn thận trong việc lưu giữ thông tin bảo mật của cá nhân.

Kết quả ra sao? Trong số nhiều chứng cứ quan trọng từ nghiên cứu là những thay đổi khác nhau về khả năng qua thời gian và ảnh hưởng tụ tập. Như bạn có thể nhìn thấy trong biểu đồ, điểm số trắc nghiệm khả năng trí tuệ sơ cấp dần dần được cải thiện cho đến cuối độ tuổi 30 hoặc đầu độ tuổi 40. Có sự giảm sút nhỏ bắt đầu đầu độ tuổi 50, sự giảm sút càng lớn khi con người bước vào độ tuổi 60 và càng nhiều hơn nữa ở độ tuổi 70 (Schaie, 1994).

Sự khác nhau tụ tập cũng được tìm thấy. Biểu đồ (trang 392) cho thấy đối với một số kỹ năng chẳng hạn như khả năng lập luận qui nạp, nhưng không phải khả năng khác, người tụ tập mới sinh gần đây và ở tuổi trung niên thường tốt hơn người tụ tập sinh trước đó. Minh họa của người tụ tập sinh trước đó ở chỗ người tụ tập lớn tuổi hơn thực hiện vượt trội hơn người tụ tập nhỏ tuổi trong một số kỹ năng (Schaie, 1994). Những ảnh hưởng tụ tập này có lẽ phản ánh sự khác nhau trong kinh nghiệm giáo dục, trình độ của nhóm nhỏ tuổi hơn cho thấy hình dung vấn đề tốt hơn trong khi trình độ của nhóm lớn tuổi hơn chú trọng học vẹt. Ngoài ra, nhóm lớn tuổi hơn không có máy tính điện tử hoặc máy vi tính, vì thế họ thực hiện các phép tính bằng tay.

Schaie cũng phát hiện nhiều khác biệt cá nhân khác, một số người thể hiện mẫu phát triển liên quan mật thiết với xu hướng chung nhưng số khác thể hiện các mẫu đặc biệt. Chẳng hạn, một số cá nhân thể hiện sự giảm sút đều đặn trong một số khả năng bắt đầu ở độ tuổi 40 và 50, số khác thể hiện sự giảm sút ở một số khả năng này nhưng không thể hiện sự giảm sút ở một số khả năng khác, nhưng một số người thể hiện thay đổi rất ít trong hầu hết khả năng trong thời gian hơn 14 năm. Sự khác nhau ở cá nhân như thế trong mẫu phát triển có nghĩa là xu hướng trung bình, như xu hướng được mô tả trong biểu đồ phải được hiểu một cách thận trọng, chúng phản ánh số trung bình của nhóm chứ không tượng trưng cho mẫu được từng cá nhân trong nhóm thể hiện.



Schaie, 1994.

Ngoài ra, Schaie (1994) nhận dạng một số biến số xuất hiện để giảm bớt nguy cơ giảm sút nhận thức ở tuổi già:

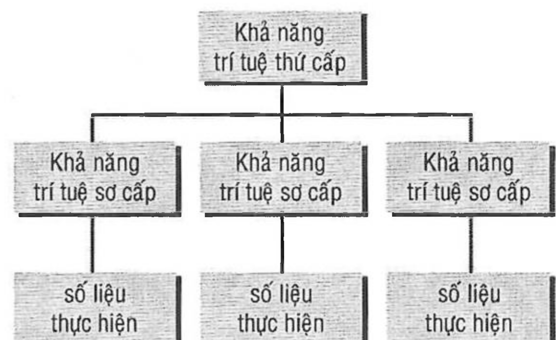
- Không có bệnh tim mạch và các bệnh mãn tính khác
- Sống trong điều kiện môi trường thuận lợi (như nhà cửa sạch sẽ)
- Vẫn hoạt động nhận thức thông qua việc đọc sách và học tập suốt đời
- Có kiểu nhân cách linh động ở tuổi trung niên
- Kết hôn với người có tình trạng nhận thức cao
- Hài lòng với thành tựu trong cuộc sống ở tuổi trung niên

Nhà điều tra kết luận ra sao? Thấy rõ ba vấn đề. Thứ nhất, sự phát triển trí năng trong thuyết được đánh dấu bằng lợi ích tăng dần, tiếp theo sau là giai đoạn ổn định tương đối, sau đó là thời điểm sút giảm dần dần trong hầu hết khả năng. Thứ hai, những xu hướng này khác nhau từ một tụ tập này sang một tụ tập khác. Thứ ba, các mẫu thay đổi cá nhân khác nhau đáng kể ở từng người.

Nói chung, chứng cứ của Schaie biểu thị rằng sự phát triển trí năng ở thuyết chịu ảnh hưởng của một sự khác biệt rất lớn của các yếu tố sức khỏe, môi trường, nhân cách và mối quan hệ. Bằng cách chú ý đến những ảnh hưởng này trong suốt thuyết, chúng ta ít ra cũng hiểu được cách duy trì hoạt động chức năng trí năng hiệu quả khi về già.

Khả năng trí tuệ thứ cấp

Không phải tập trung riêng biệt vào các khả năng sơ cấp cụ thể, một số nhà nghiên cứu lập luận rằng có ý nghĩa hơn khi nghiên cứu khoảng nửa tá kỹ năng rộng hơn, được gọi là khả năng trí tuệ thứ cấp, *gộp vào và sắp xếp khả năng sơ cấp.* Hình ảnh bên dưới thể hiện số liệu thực



hiện, khả năng trí tuệ sơ cấp và khả năng trí tuệ thứ cấp liên quan với nhau ra sao. Lưu ý rằng khi bạn chuyển lên khả năng trí tuệ thứ cấp là bạn đang rời xa số liệu. Hai khả năng trí tuệ thứ cấp nhận được nhiều sự chú ý trong sự phát triển người lớn: trí năng linh động và trí năng kết tinh (Horn, 1982).

Trí năng linh động *bao gồm khả năng giúp bạn trở thành một nhà suy nghĩ linh động, thích nghi, giúp bạn rút ra kết luận và giúp bạn có khả năng hiểu được quan hệ giữa các khái niệm,* bao gồm khả năng bạn cần tìm hiểu và phản ứng với một tình huống bất kỳ, nhưng đặc biệt là những tình huống mới: lập luận qui nạp, kết hợp, suy nghĩ trừu tượng, v.v... (Horn, 1982). Minh họa vấn đề mở vòi cho khả năng linh động như sau:

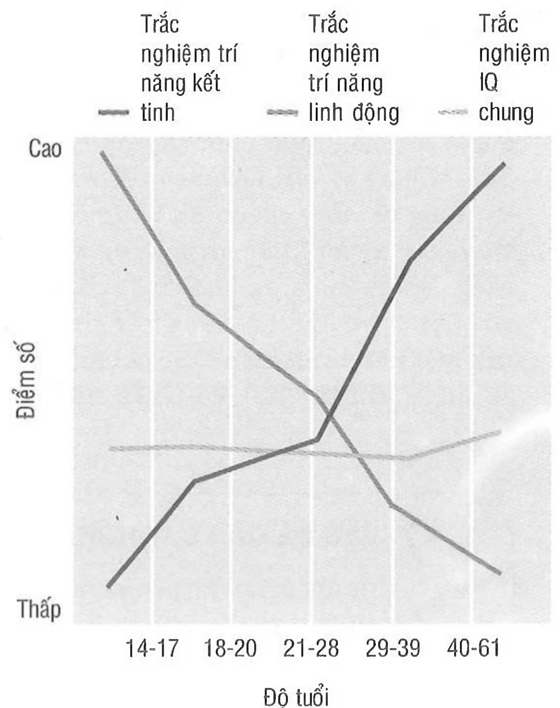
Chữ gì kế tiếp trong loạt chữ
d f i m r x e?(*)

Các cách trắc nghiệm điển hình trí năng linh động khác bao gồm mê cung, câu đố, và quan hệ giữa các hình dạng. Lúc nào những trắc nghiệm này cũng được tính giờ, điểm số cao hơn nếu có cách giải nhanh hơn.

Trí năng kết tinh *là kiến thức bạn tích lũy từ kinh nghiệm cuộc sống và trình độ văn hóa trong một nền văn hóa cụ thể.* trí năng kết tinh bao gồm chiều dày kiến thức, hiểu được sự truyền đạt, đánh giá và sự phức tạp trong thông tin (Horn, 1982). Khả năng ghi nhớ sự kiện lịch sử, định nghĩa từ, kiến thức văn học và thông tin tầm phào trong thể thao là một số minh họa. Nhiều tiết mục trò chơi trên truyền hình được ưa thích (như *Jeopardy* và *Wheel of Fortune)* dựa trên trí năng kết tinh tích lũy của người tham gia trò chơi.

Cho dù trí năng kết tinh bao gồm kiến thức văn hóa, nhưng một phần cũng dựa trên tính chất trí năng linh động làm nền tảng của một người (Horn, 1982; Horn & Hofer, 1992). Chẳng hạn, bề dày vốn từ của bạn tùy thuộc vào một số mức độ bạn có thể kết nối từ mới bạn đã đọc và thông tin bạn đã biết, vốn là một thành phần của trí năng linh động.

Về mặt phát triển, trí năng linh động và kết tinh theo hai con đường rất khác nhau, như bạn nhìn thấy trên biểu đồ bên dưới. Lưu ý rằng trí năng linh động giảm sút trong suốt tuổi trưởng thành trong khi trí năng kết tinh được cải thiện. Mặc dù chúng ta chưa hiểu hết tại sao trí năng linh động giảm sút nhưng có thể trí năng này liên quan với việc tìm hiểu những thay đổi trong não từ các ảnh hưởng của bệnh tật, thương tổn, lão hóa tăng dần hoặc do thiếu thực hành (Horn & Hofer, 1992). Trái lại, sự gia tăng trí năng kết tinh (ít nhất cho đến cuối đời) biểu thị rằng con người tiếp tục bổ sung kiến thức mỗi ngày.



Horn, 1970.

(*) Chữ kế tiếp là *m*, qui tắc là phải tăng sự khác nhau giữa các chữ kế cận trong loạt chữ mỗi lần là một và sử dụng một vòng tròn liên tục các chữ cái. Vì thế *f* cách *d* hai chữ, *i* cách *f* ba chữ và *e* cách *x* bảy chữ.

Những xu hướng phát triển khác nhau này ngụ ý điều gì? Trước tiên, chúng biểu thị mặc dù sự tập quen tiếp tục trong suốt tuổi trưởng thành nhưng người già gặp nhiều khó khăn hơn. Hãy tìm hiểu điều gì xảy ra khi Michael, 17 tuổi, và Marge, 50 tuổi, học một ngôn ngữ thứ hai. Mặc dù kỹ năng diễn đạt bằng lời bằng tiếng mẹ đẻ (một thành phần của trí năng kết tinh) của Marge có lẽ giỏi hơn Michael, nhưng sự vượt trội của Michael trong khả năng linh động, một yếu tố cần thiết để học một ngôn ngữ khác giúp cho cậu học dễ hơn.

Thứ hai, những xu hướng phát triển này nêu rõ một khi sự phát triển trí năng thay đổi nhiều từ một tập hợp kỹ năng này sang một tập hợp kỹ năng khác. Ngoài sự khác nhau trong xu hướng nói chung ra, sự khác nhau trong trí năng linh động và kết tinh của cá nhân cũng khác biệt. Trong khi cá nhân khác nhau về trí năng linh động qua thời gian vẫn tương đối đồng nhất thì sự khác nhau giữa cá nhân trong trí năng kết tinh càng tăng cùng với độ tuổi, phần lớn vì việc duy trì trí năng kết tinh tùy thuộc vào tình huống đòi hỏi sử dụng trí năng ấy (Horn, 1982; Horn & Hofer, 1992). Chẳng hạn, một vài người lớn thực hành nhiều trong việc giải quyết một loạt chữ phức tạp như ở trang 339. Nhưng vì con người có thể cải thiện kỹ năng từ vựng của mình bằng cách đọc và vì con người khác nhau đáng kể trong cách đọc nhiều ít, sự khác biệt chắc chắn nổi bật. Tóm lại, trí năng kết tinh cung cấp một nền tảng kiến thức phong phú để sử dụng khi tài liệu có phần nào quen thuộc, trong khi trí năng linh động cung cấp khả năng giải quyết việc tập quen trong tình huống mới lạ.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Các tác động văn hóa xã hội và sinh học sơ cấp ảnh hưởng đến trí năng linh động và kết tinh là tác động gì?

VƯỢT KHỎI HOẠT ĐỘNG HÌNH THỨC: SUY NGHĨ VỀ TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Giả sử bạn có một vấn đề phải giải quyết (Labouvie-Vief và người khác, 1985):

> Người ta biết John là một người nghiện rượu, nhất là khi dự đám tiệc. Mary, vợ của John cảnh báo nếu chồng xỉn thêm một lần nữa thì cô sẽ dắt con bỏ đi. Tối nay John về nhà muộn vì cơ quan có tiệc. John về nhà say mèm. Mary có bỏ John không? Câu trả lời của bạn có chắc chắn không?.

Khi vấn đề này và vấn đề tương tự được trình bày cho thanh niên và người lớn thì có nhiều sự khác nhau rất thú vị. Thanh niên nêu rõ việc Mary ra tối hậu thư dứt khoát cho John nhưng anh cứ phớt lờ, và kết luận rằng Mary sẽ bỏ nhà đi. Vì thế thanh niên thường tiếp cận vấn đề theo nghĩa hoạt động chính thức như được đề cập trong chương 6. Họ lập luận suy diễn từ thông tin được cung cấp để đi đến một giải pháp duy nhất dựa trên kinh nghiệm của chính mình. Những người suy nghĩ hoạt động chính thức chắc chắn rằng giải quyết như thế là đúng vì cách giải quyết ấy dựa trên kinh nghiệm của chính họ và có logic.

Nhưng nhiều người lớn như cặp vợ chồng trong ảnh chụp (trang 395) do dự rút ra một kết luận bất kỳ dựa trên thông tin hạn chế, nhất là khi vấn đề có thể hiểu theo nhiều cách khác nhau (Sinnott, 1998). Họ nêu rõ có nhiều chuyện về John và Mary mà chúng ta không biết: họ lấy nhau bao lâu? Trước khi Mary lấy John có biết John nghiện rượu hay không? Nếu bỏ đi Mary tự nuôi sống mình và nuôi con được không? Con họ bao nhiêu tuổi? Từ quan điểm này, vấn đề càng mơ hồ hơn. Người lớn sau cùng quyết định rằng Mary ở lại (hoặc bỏ đi), nhưng chỉ hành động sau khi



cân nhắc các khía cạnh của tình huống vượt khỏi thông tin được cung cấp để giải quyết vấn đề. Suy nghĩ như thế cho thấy sự thừa nhận rằng kinh nghiệm của người khác có thể hoàn toàn khác hẳn với kinh nghiệm của chính mình.

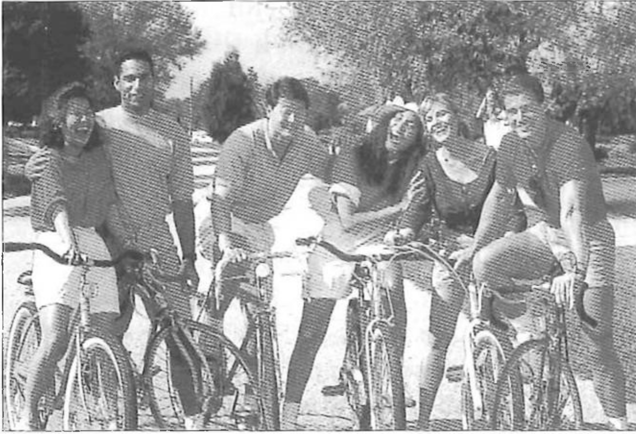
Rõ ràng, quá trình suy nghĩ mà những người lớn này áp dụng khác hẳn với hoạt động chính thức (Cavanaugh và người khác, 1985; Labouvie-Vief và người khác, 1985; Sinnott, 1998). Không giống suy nghĩ hoạt động chính thức, tiếp cận này bao gồm việc cân nhắc những hạn chế của tình huống, thừa nhận thực tế đôi khi hạn chế giải pháp và hiểu rằng cảm xúc rất quan trọng.

Perry (1970) đầu tiên phát hiện suy nghĩ khác nhau ở người lớn và nghiên cứu sự phát triển của suy nghĩ. Ông phát hiện rằng sinh viên năm thứ nhất, 18 tuổi thường dựa vào khả năng chuyên môn của các nhân vật uy tín để xác định cách suy nghĩ nào đúng và cách suy nghĩ nào sai. Đối với những sinh viên này, suy nghĩ phải kết hợp chặt chẽ với logic như Piaget lập luận, và câu trả lời hợp lệ duy nhất là câu trả lời có logic.

Nhận thức thay đổi qua một vài năm kế tiếp. Sinh viên trải qua một giai đoạn trong đó họ không biết chắc câu trả lời nào đúng – hoặc liệu suy cho cùng có bất kỳ câu trả lời nào đúng hay không. Tuy nhiên, vào lúc sinh viên chuẩn bị tốt nghiệp, sinh viên khá thành thạo trong việc khảo sát nhiều khía cạnh khác nhau của một vấn đề và phát triển sự ràng buộc với các quan điểm cụ thể. Sinh viên thừa nhận rằng mình là nguồn có uy tín cho chính mình, rằng họ phải chọn một lập trường đối với vấn đề và người khác có những quan điểm khác nhau nhưng cũng ràng buộc ngang bằng. Sau đó trong những năm ở đại học, cá nhân có khả năng hiểu được nhiều quan điểm đối với một vấn đề, chọn lấy một quan điểm và vẫn cho phép người khác có quyền bảo lưu những quan điểm khác nhau. Perry kết luận rằng loại suy nghĩ này khác hẳn với hoạt động chính thức và tượng trưng cho một mức độ phát triển nhận thức khác.

Dựa trên một số nghiên cứu theo chiều dọc bổ sung và vô số khảo sát cắt ngang, các nhà nghiên cứu kết luận rằng loại suy nghĩ này tượng trưng cho sự thay đổi về chất vượt khỏi hoạt động chính thức (King & Kitchener, 1994; Kitchener & King, 1989; Kramer và người khác, 1991; Sinnott, 1998). Suy nghĩ hậu Hình thức *mang đặc điểm thừa nhận rằng sự thật (câu trả lời đúng) có thể khác nhau trong từng tình huống, rằng giải pháp phải thực tế để hợp lý, rằng sự mơ hồ và mâu thuẫn là qui luật chứ không phải là ngoại lệ, và rằng cảm xúc và yếu tố chủ quan thường đóng một vai trò trọng suy nghĩ.* Nói chung, chứng cứ nghiên cứu biểu thị suy nghĩ hậu chính thức có nguồn gốc xuất xứ từ đầu tuổi trưởng thành (Sinnott, 1998).

Một số mô tả sự phát triển suy nghĩ ở tuổi trưởng thành dựa trên nghiên cứu đã được đưa ra. *Một trong số những mô tả tốt nhất là mô tả sự phát triển* đánh giá phản ánh, *một phương pháp trong đó người lớn lập luận thông qua các tình huống khó xử bao gồm công việc hiện tại, tôn giáo, khoa học, mối quan hệ cá nhân, v.v...* Căn cứ vào hơn một thập kỷ nghiên cứu theo chiều dọc và cắt ngang, Kitchener



và King (1989; King & Kitchener, 1994) hoàn thiện mô tả và nhận dạng sự tiến bộ đánh giá phản ánh theo hệ thống ở đầu tuổi trưởng thành.

Trong thuyết của Kitchener và King, những người đầu tuổi trưởng thành như trong ảnh (bên trên) bắt đầu giả định rằng kiến thức là tuyệt đối, đối với mỗi câu hỏi thường có một câu trả lời đúng. Chẳng hạn, Martina gây áp lực với cô giáo của cô tìm ra một thuyết "đúng" để giải thích sự phát triển con người phản ánh giai đoạn này. Cô cũng có nhiều khả năng giữ nguyên lập trường đối với vấn đề đang tranh cãi nhưng không giữ lập trường nếu không nhận biết khả năng của người khác đang đi đến một lập trường khác nhưng cũng logic như cô.

Khoảng nửa đường trong sự tiến bộ phát triển, Martina có suy nghĩ khác. Lúc này chắc chắn cô nói rằng không có gì biết một cách chắc chắn, thay đổi kết luận của cô dựa trên tình huống và chứng cứ. Đến lúc này cô lập luận rằng kiến thức hoàn toàn mang tính chủ quan. Trong lập trường của mình đối với vấn đề gây tranh cãi cô cũng tỏ ra mềm mỏng hơn: "Mỗi người có quyền có quan điểm của riêng mình, tôi không áp đặt ý kiến của mình cho người khác".

Khi Martina tiếp tục sự phát triển của cô qua các giai đoạn thông qua đánh giá phản ánh, cô bắt đầu thừa nhận rằng con người hình thành kiến thức sử dụng chứng cứ và lập luận sau mỗi lần phân tích vấn đề hoặc tình huống thật cẩn thận. Có lần cô kiên quyết giữ vững quan điểm của mình nhưng chỉ giữ vững sau khi cân nhắc một số quan điểm khác. Martina cũng thừa nhận rằng mình phải liên tục đánh giá lại suy nghĩ của mình đối với chứng cứ mới.

Như bạn có thể nhìn thấy từ những mô tả này, người lớn thay đổi từ suy nghĩ không đổi trong sự tương quan tuyệt đối giữa nhận thức cá nhân và thực tế sang việc thừa nhận rằng sự tìm kiếm sự thật là một quá trình đang tiếp diễn, không bao giờ kết thúc. Các nhà nghiên cứu khác mô tả các xu hướng tương tự. Chẳng hạn, Kramer (1989; Kramer và người khác, 1991) báo cáo một quá trình phát triển gồm ba giai đoạn: tuyệt đối, tương đối và biện chứng. Suy nghĩ tuyệt đối bao gồm suy nghĩ chắc chắn rằng chỉ có một giải pháp đúng duy nhất đối với vấn đề và rằng kinh nghiệm cá nhân là cơ sở cho tất cả sự thật. Những người ở độ tuổi 18 – 22 như trong ảnh chụp (bên dưới) thường suy nghĩ theo cách này. Suy nghĩ tương đối bao gồm sự thừa nhận rằng đối với một vấn đề có nhiều khía cạnh và nhiều hành động hoặc giải pháp đúng tùy thuộc vào tình huống. Người lớn ở cuối độ tuổi 20 cho đến đầu tuổi trung niên sử dụng kiểu này nhiều nhất. Một nguy hiểm tiềm năng trong suy nghĩ tương đối là suy nghĩ này có thể dẫn đến một tiếp cận yếm thế đối



với cuộc sống: “Tôi làm chuyện của tôi, bạn làm chuyện của bạn”. Vì những người suy nghĩ tương đối thường lập luận sự việc trên cơ sở từng trường hợp một, nên không chắc họ theo một lập trường bất kỳ trong thời gian dài. Giai đoạn sau cùng, suy nghĩ biện chứng, giải quyết vấn đề này. Những người suy nghĩ biện chứng nhìn thấy giá trị trong các quan điểm khác nhau, nhưng có khả năng tổng hợp chúng thành một giải pháp khả thi mà họ rất mực trung thành (Kramer & Kahlbaugh, 1994; Sinnott, 1994a, 1994b; Sinnott, 1998).

Mặc dù các tiếp cận suy nghĩ hậu chính thức khác nhau trong một số chi tiết nhưng tất cả đều đồng ý rằng người lớn tiến bộ từ việc tin tưởng tuyệt đối vào một cách suy nghĩ đúng duy nhất và hành động để chấp nhận thực tế có nhiều giải pháp, mỗi giải pháp đều có khả năng được chấp nhận ngang bằng nhau (hoặc khiếm khuyết ngang bằng). Sự tiến bộ này rất quan trọng, cho phép kết hợp cảm xúc với suy nghĩ trong việc giải quyết các vấn đề thực tế, hàng ngày, như chúng ta nhìn thấy ở phần sau.

Kết hợp cảm xúc và logic trong các vấn đề trong cuộc sống

Một chủ đề trong mô tả suy nghĩ hậu chính thức là sự thay đổi từ suy nghĩ “Tôi đúng vì tôi đã từng trải qua” sang suy nghĩ “Tôi không chắc ai đúng vì kinh nghiệm của bạn khác kinh nghiệm của tôi”. Tình huống vấn đề được sử dụng trông có vẻ dễ hiểu lúc này có vẻ phức tạp hơn nhiều, khó tưởng tượng ra “điều đúng nên làm”.

Sự khác nhau trong cách suy nghĩ có ngụ ý quan trọng khi giải quyết các vấn đề trong cuộc sống. Chẳng hạn, các cặp vợ chồng có khả năng hiểu và tổng hợp quan điểm của nhau có nhiều khả năng giải quyết mâu thuẫn, các cặp vợ chồng không có khả năng làm như thế có nhiều khả năng cảm thấy bực bội, thụ động, hay thậm chí tan vỡ (Kramer, 1989; Kramer và người khác, 1991).

Ngoài việc hiểu biết rằng có nhiều câu trả lời “đúng”, suy nghĩ ở người lớn mang đặc điểm kết hợp cảm xúc với logic (Labouvie-Vief, 1985). Người lớn thường cho rằng quyết định và phân tích vấn đề không dựa trên cơ sở logic nhiều mà chỉ dựa vào cơ sở thực dụng và cảm xúc. Những người suy nghĩ chín chắn thừa nhận rằng suy nghĩ là một hành động táo bạo xã hội đòi hỏi phải thỏa hiệp với người khác và dung hòa mâu thuẫn và sự mơ hồ.

Minh họa điển hình của sự khác nhau giữa suy nghĩ Hình thức và hậu Hình thức từ quan điểm này có thể nhìn thấy trong các quyết định về hành vi tình dục. Như chúng ta nhận biết ở trang 353-354, trẻ vị thành niên hoạt động tình dục hiếm khi sử dụng bao cao su, trái lại ở tuổi trưởng thành thường sử dụng bao cao su hơn. Labouvie-Vief lập luận rằng điều này là vì hoạt động tình dục đối với trẻ vị thành niên quá nhiều cảm xúc đến mức không thể giải quyết bằng trí năng trong khi người lớn có khả năng kết hợp cảm xúc với suy nghĩ tốt hơn. Nhưng giải thích này có hợp lý hay không?

Trông có vẻ hợp lý. Trong một nghiên cứu, học sinh trung học, sinh viên đại học và người lớn tuổi trung niên được giao ba tình huống khó xử phải giải quyết (Blanchard-Fields, 1986). Một tình huống khó xử liên quan đến ít cảm xúc, liên quan đến giải thích mâu thuẫn về chiến tranh giữa hai nước tưởng tượng, Bắc và Nam Livia, do một dân quân ở mỗi nước viết ra. Hai tình huống khó xử khác có cảm xúc cao. Trong một tình huống, bố mẹ và con trai ở tuổi vị thành niên bất đồng về chuyện đi thăm ông (đứa con không muốn đi). Trong một tình huống khác, một người

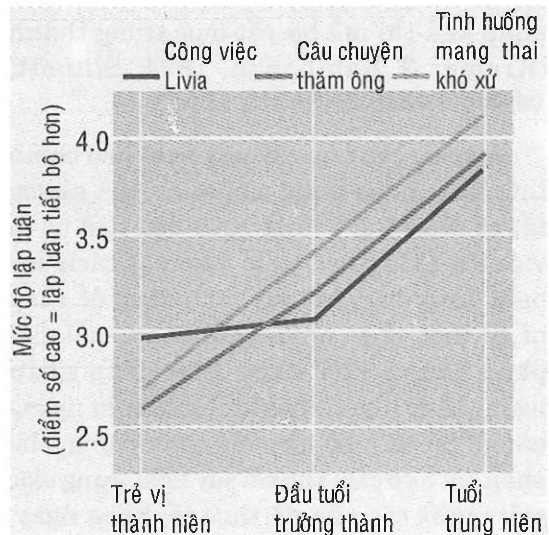
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tại sao hoạt động chính thức không thích hợp cho việc kết hợp cảm xúc và suy nghĩ?

đàn ông và một phụ nữ phải giải quyết sự mang thai không theo dự định (người đàn ông muốn bỏ, người phụ nữ muốn giữ).

Kết quả được thể hiện trong biểu đồ. Bạn nên lưu ý hai chứng cứ quan trọng: thứ nhất có xu hướng phát triển rõ ràng trong mức độ hợp lý, với người lớn ở tuổi trung niên có khả năng kết hợp tốt nhất cảm xúc với suy nghĩ. Thứ hai, học sinh trung học và sinh viên đại học tương đương nhau ở tình huống khó xử trong cuộc chiến tranh tưởng tượng, nhưng sinh viên trưởng thành trẻ hơn sẵn sàng kết hợp cảm xúc và suy nghĩ trong các tình huống khó xử về việc thăm ông và mang thai. Những kết quả này ủng hộ các loại thay đổi phát triển do Labouvie-Vief đưa ra. Vì thế, việc thực hành tình dục an toàn có thể đòi hỏi sự kết hợp giữa suy nghĩ và cảm xúc được những người đầu tuổi trưởng thành thực hiện tốt hơn.

Chứng cứ ngày càng nhiều về sự phát triển nhận thức liên tục ở tuổi trưởng thành mô tả một quan điểm về tuổi trưởng thành tích cực hơn quan điểm của Piaget, người chỉ tập trung vào suy nghĩ logic. Sự kết hợp cảm xúc với logic diễn ra ở tuổi trưởng thành cung cấp cảm xúc rằng quyết định trong lĩnh vực rất riêng tư và đôi khi khó khăn như tình yêu và công việc, mà chúng ta khảo sát chi tiết trong chương 10 và 11. Trong bối cảnh hiện tại, cần phải ấn định giai đoạn để tưởng tượng cuộc sống tương lai, một chủ đề được chúng ta đề cập trong cuối chương này.



Blanchard-Fields,1986.

---

1. Hầu hết các thuyết Trí năng hiện đại đều ______ vì chúng nhận dạng nhiều lĩnh vực khả năng trí năng.
2. Con số, sự lưu loát bằng lời và định hướng không gian là một số trong ______ khả năng trí tuệ.
3. ______ phản ánh kiến thức bạn có được thông qua kinh nghiệm trong cuộc sống và trình độ văn hóa trong một nền văn hóa cụ thể.
4. Kitchener và King mô tả một loại suy nghĩ hậu chính thức gọi là ______.
5. Suy nghĩ ở người lớn mang đặc điểm sự kết hợp giữa ______ và logic.
6. Nhiều sinh viên đại học người trưởng thành trẻ trông có vẻ nhầm lẫn nhiều hơn về chuyên ngành mình muốn chọn và ít chắc chắn hơn về những gì họ biết khi học ở đại học. Từ tiếp cận phát triển nhận thức, tại sao điều này diễn ra?

TỰ KIỂM TRA

Trả lời: (1) đa khía cạnh, (2) sơ cấp, (3) trí năng kết tinh, (4) đánh giá phản ánh, (5) cảm xúc

---

LẬP LUẬN ĐẠO ĐỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Lập luận về các vấn đề đạo đức thay đổi trong suốt cuộc đời ra sao?**
- **Quan tâm về công lý và quan tâm đến người khác góp phần vào lập luận đạo đức ra sao?**
- **Có phải lập luận đạo đức đều giống nhau trong tất cả các nền văn hóa hay không?**

Lập luận đạo đức

Thuyết Kohlberg

Biện pháp thay thế công lý

Khác biệt văn hóa trong lập luận đạo đức

Ở châu Âu, một phụ nữ sắp chết vì bệnh ung thư. Một phương thuốc có thể cứu sống bà, một dạng phóng xạ mà nhà bào chế dược phẩm sống cùng thị trấn của bà mới phát hiện trong thời gian gần đây. Nhà bào chế ra giá 2000USD, đắt gấp 10 lần giá trị của thuốc do ông bào chế. Chồng của người phụ nữ bị bệnh tên Heinz, đi tìm gặp tất cả người quen để hỏi mượn tiền nhưng chỉ vay được một nửa số tiền nói trên. Ông nói với nhà bào chế rằng vợ mình đang hấp hối, yêu cầu ông bớt hoặc để ông sau này trả tiếp. Nhưng nhà bào chế bảo rằng "không". Người chồng tuyệt vọng lẻn vào cửa hàng của nhà bào chế để trộm thuốc mang về cho vợ uống. Người chồng có nên làm chuyện này hay không? Tại sao? (Kohlberg, 1969, trang 379).

Đây là một tình huống đạo đức khó xử. Thật ra, một số tác phẩm lớn trên thế giới, như *Les Misérables,* đều dựa trên các tình huống khó xử tinh vi: Jean Valjean, trong ảnh có nên trộm bánh mì cho đứa con đang chết đói của em gái mình hay không? Người ta có thể nghĩ rằng nhiều lý do giải thích tại sao Heinz nên hoặc không nên trộm thuốc hoặc tại sao Valjean nên hay không nên trộm bánh mì. Lawrence Kohlberg nghĩ rằng một số câu chuyện như thế để tìm hiểu con người lập luận về tình huống đạo đức khó xử ra sao. Những câu chuyện này trình bày việc ra quyết định phức tạp có cân nhắc, chọn việc "đúng" để làm thật khó vì mỗi lựa chọn đều có hậu quả không đáng mong muốn. Những tình huống khó xử như thế rất nhiều trong đời thật, hãy suy nghĩ về chọn lựa mà con người không có đủ tiền mua thuốc diễn ra hàng ngày.

Kohlberg phân tích phản ứng của trẻ con, trẻ vị thành niên và người lớn đối với nhiều tình huống khó xử. Ông không quan tâm đến quyết định của cá nhân nhưng chỉ quan tâm đến lập luận mà cá nhân dùng để biện minh cho quyết định của mình. Lập luận đạo đức *bao gồm nguyên tắc hạnh kiểm đạo đức mà con người*



thường ghi nhớ khi để biện minh cho cách giải quyết vấn đề của mình. Dĩ nhiên, lập luận về các tình huống theo giả thuyết chẳng hạn như liệu Heinz nên hay không nên trộm thuốc không thể tương ứng với những gì mà một người thực sự làm khi đối mặt với một tình huống ngoài đời thật. Thật ra, sự kết hợp giữa lập luận đạo đức và hành vi đạo đức vẫn chưa hoàn hảo.

THUYẾT KOHLBERG

Kohlberg (1984, 1987) tin rằng lập luận đạo đức phát triển trong suốt cuộc đời theo một chuỗi các giai đoạn cụ thể. Dùng thuyết của Piaget làm xuất phát điểm, Kohlberg mô tả một chuỗi các giai đoạn phổ biến, cố định thể hiện sự thay đổi về chất trong lập luận.

Bạn xác định giai đoạn lập luận đạo đức của người phụ nữ này như thế nào? Bạn có thể xác định bằng cách tập trung vào "lý do tại sao bà ấy chọn câu trả lời mình đã chọn" thay vì phân loại "bà ấy nói với người trong câu chuyện nên làm gì". Vì thế, Kohlberg khảo sát các nguyên tắc mà con người áp dụng để ra quyết định đạo đức hơn là chính các quyết định. Vào các giai đoạn sớm nhất, lập luận đạo đức dựa trên tác động bên ngoài, như hứa sẽ thưởng hoặc dọa sẽ phạt. Tuy nhiên, ở các mức độ tiến bộ nhất, một tiêu chuẩn đạo đức cá nhân, bên trong nổi bật, không bị ảnh hưởng của quan điểm của người khác và kỳ vọng của xã hội. Chúng ta hãy khảo sát chi tiết.



Kohlberg nhận dạng ba cấp lập luận đạo đức: tiền qui ước, qui ước và hậu qui ước. Mỗi cấp chia ra thành hai giai đoạn phụ. Ở cấp tiền qui ước, *lập luận đạo đức dựa trên tác động bên ngoài.* Đối với hầu hết trẻ con, nhiều trẻ vị thành niên và một số người lớn, lập luận đạo đức được kiểm soát hầu như độc quyền bằng phần thưởng và hình phạt. *Cá nhân trong Giai đoạn 1 lập luận đạo đức thừa nhận* định hướng vâng lời, *có nghĩa là nghĩ rằng nhân vật có uy tín biết được điều gì sai điều gì đúng.* Do đó, cá nhân trong Giai đoạn 1 làm những gì mà người có uy tín bảo là đúng để tránh bị phạt. Ở giai đoạn này, người ta lập luận rằng Heinz không nên trộm thuốc vì nhân vật có uy tín (như bố mẹ hoặc sĩ quan cảnh sát) bảo rằng ông không nên làm thế. Đồng thời, người ta lập luận rằng ông nên trộm thuốc vì nếu không sẽ bị rắc rối vì để cho vợ chết.

Trong Giai đoạn 2 thuộc cấp tiền qui ước, người ta chấp nhận định hướng công cụ, *trong đó họ tìm kiếm nhu cầu của chính mình.* Cá nhân trong Giai đoạn 2 tử tế với người khác vì họ nghĩ sau này người khác sẽ trả ơn. Một số người trong giai đoạn này có thể biện minh cho vấn đề trộm thuốc vì vợ của Heinz sẽ có hoạt động đáp trả sự tử tế của Heinz. Hoặc họ lập luận rằng Heinz không nên trộm thuốc vì sẽ gây nhiều rắc rối cho ông nếu như vợ ông vẫn còn nằm liệt giường và phải chăm sóc bà.

Ở cấp qui ước, *trẻ vị thành niên và người lớn tìm kiếm hướng dẫn đạo đức trong chuẩn mực xã hội.* Nói cách khác, lập luận đạo đức của con người phần lớn do kỳ vọng của người khác về họ quyết định. *Trong Giai đoạn 3, lập luận đạo đức của trẻ vị thành niên và người lớn dựa trên* chuẩn mực giữa cá nhân với nhau. Mục đích là phải giành được sự đồng ý của

người khác bằng cách có hành vi như một "bé trai ngoan" hoặc một "bé gái ngoan". Cá nhân Giai đoạn 3 có thể lập luận rằng Heinz không nên trộm thuốc vì ông phải giữ thanh danh mình là người lương thiện, để không ai nghĩ xấu về ông khi ông cố cứu lấy mạng sống của vợ mình.

Giai đoạn 4 của cấp qui ước tập trung vào đạo đức hệ thống xã hội. Ở đây, trẻ vị thành niên và người lớn nghĩ rằng vai trò xã hội, kỳ vọng và luật pháp tồn tại để duy trì trật tự trong xã hội và mang lại điều tốt cho mọi người. Cá nhân Giai đoạn 4 sẽ lập luận rằng Heinz không nên trộm thuốc cho dù vợ ông có chết đi nữa vì hành động này phi pháp và không ai tránh được pháp luật. Nhưng họ cũng quả quyết rằng ông nên trộm thuốc để theo đúng lời thề lúc kết hôn phải bảo vệ vợ cho dù ông phải đối mặt với những hậu quả tiêu cực vì hành động ăn cắp. Các nhà chính trị như trong ảnh chụp nhấn mạnh "luật pháp và trật tự" rất lôi cuốn những người lập luận trong giai đoạn này.

Ở cấp hậu qui ước, *lập luận đạo đức dựa trên tiêu chuẩn đạo đức cá nhân.* Sự nhấn mạnh không còn đặt nặng vào tác động bên ngoài như hình phạt, phần thưởng hoặc vai trò xã hội nữa. *Trong Giai đoạn 5, người ta đặt lập luận đạo đức của mình trên* giao kèo xã hội. Người lớn đồng ý rằng thành viên trong các nhóm xã hội trung thành với giao kèo xã hội vì một tập hợp kỳ vọng và luật pháp chung mang lợi đến cho tất cả thành viên trong nhóm. Tuy nhiên, nếu những kỳ vọng và luật pháp này không mang lại phúc lợi cho cá nhân thì chúng sẽ không giá trị. Do đó, cá nhân Giai đoạn 5 sẽ lập luận rằng Heinz nên trộm thuốc vì qui định xã hội về quyền tài sản không còn mang lại phúc lợi cho cá nhân nữa. (Quả thật, Tuyên ngôn độc lập do Thomas Jefferson soạn thảo năm 1776, cũng có lập luận tương tự về luật pháp của nước Anh). Người ta có thể lập luận rằng ông không nên trộm thuốc vì hành động này tạo rằng tình trạng hỗn loạn trong xã hội.



Sau cùng, trong Giai đoạn 6 thuộc cấp hậu qui ước, nguyên tắc đạo đức phổ biến *chi phối lập luận đạo đức.* Những nguyên tắc trừu tượng chẳng hạn như công lý, lòng trắc ẩn, và bình đẳng hình thành cơ sở chuẩn mực cá nhân đôi khi mâu thuẫn với kỳ vọng và luật pháp của xã hội. Cá nhân Giai đoạn 6 lập luận rằng Heinz nên trộm thuốc vì cứu sinh mạng con người phải đặt trên mọi thứ khác, kể cả luật pháp. Hoặc người ta quả quyết rằng vợ của Heinz phải có quyền chết và ông không nên ép buộc vợ phải sống bằng cách trộm thuốc về cho vợ uống.

Kết hợp các giai đoạn này lại, toàn bộ chuỗi phát triển đạo đức như sau:

Cấp tiền qui ước: Trừng phạt và tưởng thưởng

Giai đoạn 1: vâng lời người có uy tín

Giai đoạn 2: hành vi tử tế để sau này được trả ơn

Cấp qui ước: Chuẩn mực xã hội

Giai đoạn 3: sống theo kỳ vọng của người khác

Giai đoạn 4: áp dụng nguyên tắc để duy trì trật tự xã hội

Cấp hậu qui ước: Chuẩn mực đạo đức

Giai đoạn 5: trung thành với giao kèo xã hội khi giao kèo có giá trị

Giai đoạn 6: hệ thống đạo đức cá nhân dựa trên nguyên tắc trừu tượng

Chứng cứ dành cho thuyết

Kohlberg cho rằng các giai đoạn của ông hình thành một chuỗi cố định, nghĩa là cá nhân đi qua 6 giai đoạn theo thứ tự liệt kê và chỉ đi qua thứ tự ấy. Tuy nhiên, trong thực tế, hầu hết cá nhân không đi đến giai đoạn cuối, lập luận của người lớn thường dừng lại ở cấp qui ước.

Trong thuyết này, cấp lập luận đạo đức phải kết hợp chặt chẽ với độ tuổi và mức độ phát triển nhận thức của một người. Những người suy nghĩ tiến bộ hơn và lớn tuổi hơn, trung bình, tiến bộ trong sự phát triển đạo đức nhiều hơn và quả thật họ thường như thế (Stewart & Pascual-Leone, 1992).

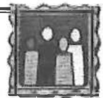
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Mức phát triển nhận thức và giai đoạn lập luận đạo đức được đề xuất như thế nào?

Ủng hộ chuỗi giai đoạn của Kohlberg cũng xuất phát từ nghiên cứu theo chiều dọc trong đó mức độ lập luận của người tham gia được theo dõi trong nhiều năm. Theo thuyết này, cá nhân tiến bộ qua từng giai đoạn trong chuỗi, không bao giờ nhảy cách khoảng. Thật ra, hầu như không có cá nhân nào bỏ một giai đoạn bất kỳ trong chuỗi Kohlberg (Colby và người khác, 1983). Một dự đoán có liên quan cho rằng, qua thời gian, cá nhân hoặc tiến bộ hơn trong cấp lập luận đạo đức của mình hoặc giữ nguyên mức cũ. Người ta không hối tiếc khi ở cấp lập luận đạo đức thấp hơn. Nghiên cứu theo chiều dọc phát hiện rằng chỉ có một tỉ lệ nhỏ hối tiếc khi ở giai đoạn thấp hơn. Theo dự đoán, đại đa số vẫn ở mức cũ hoặc tiến bộ sang cấp tiến bộ hơn, cho dù ở độ tuổi 80 (Pratt và người khác, 1996; Walker & Taylor, 1991).

Chuỗi phát triển do Kohlberg mô tả thường phải mất nhiều năm mới thấy được. Nhưng đôi khi, chúng ta nhận thấy quá trình diễn ra nhiều kịch tính hơn, chẳng hạn khi cá nhân trải qua một sự thay đổi quan trọng trong động cơ đạo đức. Một minh họa đáng lưu ý của sự thay đổi như thế được mô tả trong phim đoạt giải Oscar *Schindler's List* của Steven Spielberg trong phần Người thật việc thật.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: DANH SÁCH CỦA SCHINDLER



Chiến tranh nổ ra thường tạo ra rất nhiều cơ hội cho những người kinh doanh táo bạo thu lợi nhuận do nhu cầu sản xuất hàng hóa đang gia tăng. Thế chiến II nổ ra ở châu Âu năm 1939 không phải là ngoại lệ. Oskar Schindler, trong ảnh, là một trong những người dám nghĩ dám làm như thế, ông kiếm được rất nhiều tiền khi làm việc cho người Đức sau khi Đức chiếm Ba Lan, thái độ khoa trương của ông đã khiến các viên chỉ huy



người Đức ở địa phương chú ý đến, nên Schindler được đối xử hậu hĩ. Lúc đầu do khả năng kiếm lợi nhuận cá nhân thúc đẩy, ông mở một nhà máy thuê người Do Thái làm việc như lao động nô lệ với rất ít băn khoăn, nếu có.

Công ty của Schindler rất thành công. Nhưng khi chiến tranh tiếp diễn, chính sách chính thức của Đức đối với người Do Thái đã thay đổi thành chính sách diệt chủng. Công dân Do Thái ở Ba Lan và các nước khác bị săn lùng, bố ráp và chở đến các trại tập trung hoặc bị hành quyết. Schindler bối rối trước sự kiện này, và thái độ của ông bắt đầu thay đổi. Những người làm công cho ông đề nghị ông nên đưa cho người Đức bảng danh sách công nhân cần thiết để nhà máy tiếp tục hoạt động. Danh sách tạo ra sự bảo vệ khi sản phẩm của nhà máy được sử dụng cho mục đích chiến tranh. Dĩ nhiên, điều này cũng giúp ông tiếp tục kiếm lời. Nhưng động cơ của Schindler dần dần trải qua một sự thay đổi sâu sắc hơn. Không còn được định hướng bằng lợi nhuận nữa, ông phải bảo vệ mạng sống, nhưng không gây nguy hiểm cho bản thân. Ông nghĩ ra truyện tranh đăng ở bìa tạp chí để ủng hộ cho khẳng định của mình rằng người làm công là cần thiết và ông đến Auschwitz để giải cứu số nhân công bị gửi đến đây do nhầm lẫn.

Danh sách của Oskar Schindler cứu sống nhiều mạng người. Lợi nhuận có được (giúp cung cấp một chỗ trốn hoàn hảo), nhưng ông thuê người Do Thái trong nhà máy của mình chủ yếu là để cứu sống họ thoát khỏi phòng hơi ngạt. lúc chiến tranh mới khởi sự có thể Schindler đang ở cấp tiền quy ước của Kohlberg – động cơ thúc đẩy ông chỉ đơn thuần là lợi nhuận cá nhân – nhưng sau cùng thay đổi sang cấp hậu quy ước – được thúc đẩy bởi nguyên tắc cao hơn: cứu người. Và đây là cấp hậu quy ước tạo ra các vị anh hùng.

Một khía cạnh sau cùng và đặc biệt gây nhiều tranh cãi trong lý thuyết là khẳng định của Kohlberg cho rằng chuỗi giai đoạn mang tính phổ biến – rằng tất cả dân tộc trong tất cả các nền văn hóa đều phát triển qua chuỗi sáu giai đoạn. Ở đây chứng cứ vẫn chưa rõ. Khi trẻ con và



trẻ vị thành niên thuộc các nền văn hóa khác nhau nghĩ về tình huống đạo đức khó xử thì câu trả lời thường rơi vào các Giai đoạn 2 hoặc 3, cũng giống như câu trả lời của trẻ con và trẻ vi thành niên Bắc Mỹ. Trái lại, lập luận đạo đức ở người lớn trong các nền văn hóa khác không được mô tả đầy đủ bằng các giai đoạn của Kohlberg (Snarey, 1985). Chẳng hạn, người lớn Đài Loan lập luận theo các nguyên tắc đạo đức nhưng không chú trọng đến công lý như đã nêu trong các Giai đoạn 5 và 6 (Lei, 1994). Điều này cho thấy thuyết của Kohlberg có thể áp dụng nhiều nhất vào lập luận đạo đức trong các nền văn hóa có truyền thống triết lý và tôn giáo như truyền thống triết lý và tôn giáo của các nước phương Tây. Tuy nhiên, chúng ta sẽ chứng kiến trong phần kế tiếp rằng ngay cả trong các nền văn hóa phương Tây, công lý không chỉ là cơ sở duy nhất cho suy nghĩ đạo đức. Chúng ta trở lại vấn đề sự khác biệt văn hóa trong lập luận đạo đức trong phần cuối chương.

BIỆN PHÁP THAY THẾ CÔNG LÝ

Carol Gilligan (1982, 1985) chỉ trích gay gắt thuyết của Kohlberg. Và khẳng định rằng quan tâm và trách nhiệm trong mối quan hệ giữa cá nhân với nhau cũng đóng vai trò quyết định trong phát triển đạo đức nhất là đối với phái nữ:

> Mệnh lệnh đạo đức nổi bật thường xuyên trong các cuộc phỏng vấn với phụ nữ là lệnh phải quan tâm, một trách nhiệm phải nhận thức và làm giảm bớt "rắc rối có thật và có thể nhận biết" của thế giới này. Đối với phái nam, mệnh lệnh đạo đức trông có vẻ là lệnh phải tôn trọng quyền của người khác, vì thế phải bảo vệ tránh không xen vào quyền được sống và tự thể hiện tiềm năng (1982, trang 100).

Thay vì các cấp tiền qui ước, qui ước và hậu qui ước của Kohlberg, Gilligan nhận dạng một sự tiến bộ phát triển trong đó cá nhân tích lũy được hiểu biết nhiều hơn về quan tâm và trách nhiệm. Trong giai đoạn thứ nhất, trẻ con bị nhu cầu của chính mình ám ảnh. Trong giai đoạn thứ hai, người ta quan tâm đến người khác, nhất là những người ít có khả năng tự lo cho chính mình, như trẻ sơ sinh và người già. Giai đoạn thứ ba kết hợp sự chăm sóc, quan tâm người khác và chính mình trong một chú trọng về sự quan tâm đến tất cả mối quan hệ của con người.

Lưu ý rằng Gilligan có cùng quan điểm với Kohlberg cho rằng lập luận đạo đức về chất mang tính phức tạp hơn khi cá nhân phát triển, tiến bộ qua nhiều giai đoạn khác nhau. Tuy nhiên, Gilligan nhấn mạnh đến quan tâm thay vì công lý – nghĩa là, giúp đỡ con người lúc hoạn nạn và đối xử với con người thật công bằng.

Nghiên cứu cho chúng ta biết điều gì về ý nghĩa quan trọng của công lý và quan tâm trong lập luận đạo đức? Khẳng định của Gilligan cho rằng phái nam và nữ khác nhau trong cơ sở lập luận đạo đức có thể là điều không đúng. Kết quả thông thường là bé gái và bé trai cũng như đàn ông và đàn bà lập luận về các vấn đề đạo đức giống nhau (Walker, 1995; Wilson, 1995). Tuy nhiên, phái nữ có phần nào nhận biết vấn đề đạo đức khi quan tâm đến phản ứng của mình nhiều hơn phái nam (Garmon và người khác, 1996). Ngoài ra, đặc điểm chính xác của vấn đề đạo đức xác định liệu công lý, quan tâm hoặc cả hai sẽ là cơ sở cho lập luận đạo đức hay không (Wark & Krebs, 1997).

KHÁC BIỆT VĂN HÓA TRONG LẬP LUẬN ĐẠO ĐỨC

Chúng ta hiểu rằng trẻ con, trẻ vị thành niên và người lớn Mỹ bao gồm cả công lý lẫn quan tâm trong lập luận đạo đức của mình, chú trọng lập luận theo những cách khác nhau tùy theo tình huống. Nói chung, trẻ con và người lớn Bắc Mỹ sử dụng lập luận trên cơ sở công lý thường xuyên hơn lập luận trên cơ sở quan tâm, nhưng trong tất cả các nền văn hóa khác không phải thế.

Thật ra, nhiều nhà phê bình nhận thấy Kohlberg nhấn mạnh quyền cá nhân và công lý phản ánh cả văn hóa phương Tây lẫn thần học Kitô. Nhưng không phải nền văn hóa và tôn giáo nào cũng chú trọng như thế, vì thế lập luận đạo đức có thể dựa trên các giá trị khác nhau trong các nền văn hóa khác. Chẳng hạn, đạo Hindu, nhấn mạnh nghĩa vụ và trách nhiệm đối với người khác như là điểm xuất phát cho xã hội (Simpson, 1974). Do đó, trẻ con và người lớn trong ảnh chụp được nuôi dưỡng bằng đức tin Hindu



truyền thống, có nhiều khả năng chú trọng quan tâm trong lập luận đạo đức của mình hơn những cá nhân được lớn lên trong truyền thống Kitô.

Miller và Bersoff (1992) trắc nghiệm giả thuyết này bằng cách tạo ra tình huống đạo đức khó xử bao gồm hai giải pháp: một dựa trên công lý và một dựa trên quan tâm. Chẳng hạn, trong một tình huống khó xử,

> Ben dự định đi đến San Francisco để dự đám cưới của người bạn thân. Anh cần phải đáp chuyến xe lửa kế tiếp nếu muốn đến đám cưới đúng giờ, vì anh phải trao nhẫn cưới. Tuy nhiên, ví tiền của Ben bị mất ngay tại nhà ga. Anh mất hết tiền bạc cũng như vé xe lửa đi San Francisco.
>
> Ben đến gặp một số nhân viên cũng như một số hành khách yêu cầu họ cho anh mượn ít tiền để mua vé khác. Nhưng vì anh là người lạ, không ai sẵn lòng cho anh mượn.
>
> Trong khi Ben... đang cố gắng nghĩ cách phải làm gì đây thì một người đàn ông ăn mặc lịch sự ngồi cạnh anh đã bỏ đi. Ben nhận thấy người ấy bỏ lại chiếc áo khoác. Từ túi áo khoác ló lên chiếc vé xe lửa đi San Francisco. Anh cũng nhận thấy trong túi áo của người đàn ông ấy còn đủ tiền để mua chiếc vé khác.

Một diễn tiến hành động nhấn mạnh quyền cá nhân và công lý:

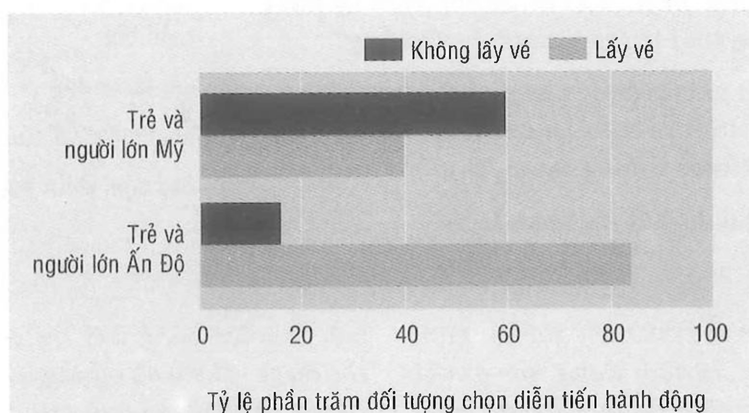
> Ben không nên lấy vé trong túi áo khoác của người đàn ông – cho dù anh không đến San Francisco kịp để trao nhẫn cưới cho bạn thân.

Một diễn tiến hành động khác đặt sự quan tâm đến người khác lên ưu tiên hàng đầu:

> Ben nên đến San Francisco để trao nhẫn cưới cho bạn thân – cho dù phải lấy chiếc vé xe lửa trong túi áo khoác của người đàn ông.

Trẻ con và người lớn sống ở Ấn Độ và ở Mỹ đọc tình huống khó xử như tình huống khó xử này và biểu thị biện pháp thay thế mà mình ưa thích. Kết quả cho thấy sự khác biệt văn hóa cơ bản. Biểu đồ cho thấy rằng một thiểu số trẻ con và người lớn Mỹ chọn biện pháp thay thế trên cơ sở công lý. Trái lại, đa số trẻ con và người lớn Ấn Độ áp đảo chọn biện pháp thay thế trên cơ sở quan tâm.

Rõ ràng, lập luận đạo đức của chúng ta phản ánh kiểu văn hóa nuôi dưỡng. Nhất quán với dự đoán trong thuyết của Kohlberg, đánh giá của trẻ con và người lớn Mỹ phản ánh sự ưu tiên đối với quyền cá nhân và công lý trong văn hóa của họ. Trái lại, đánh giá của trẻ con và người lớn Ấn Độ phản ánh sự ưu tiên đối với quan tâm đến người khác trong văn hóa của họ. Nghiên cứu ở Đài Loan (Lei, 1994) dẫn chứng rằng trẻ con, trẻ vị thành niên và thanh niên



mới lớn cũng phản ứng theo chuỗi phát triển trên cơ sở quan tâm nhiều hơn.

Kết quả cuối cùng của nghiên cứu này và nghiên cứu khác là một quan điểm rộng hơn đối với lập luận đạo đức. Như Kohlberg khẳng định, lập luận đạo đức phát triển tinh vi hơn khi trẻ lớn lên, thay đổi từ phần thưởng và hình phạt bên ngoài sang chuẩn mực xã hội và tiêu chuẩn đạo đức cá nhân. Tuy nhiên, trái với khẳng định ban đầu của Kohlberg, những tiêu chuẩn này không phải lúc nào cũng dựa trên công lý và quyền. Thay vào đó, sự quan tâm đến người khác đôi khi dùng làm cơ sở cho lập luận đạo đức, tùy vào tính chất thật của tình huống đạo đức khó xử và sự phát triển của cá nhân trong bối cảnh văn hóa.

TỰ KIỂM TRA

1. Đối với trẻ ở cấp tiền qui ước, lập luận đạo đức chịu nhiều ảnh hưởng của ______.
2. Gilligan chỉ trích thuyết của Kohlberg rằng thuyết ấy chỉ dựa vào cách sử dụng ______ làm cơ sở lập luận đạo đức.
3. Ở Ấn Độ, đánh giá đạo đức thường dựa trên cơ sở ______, trong khi ở Mỹ đánh giá đạo đức thường dựa trên cơ sở công lý.
4. Bạn có thể rút ra điều gì tương đồng giữa phát triển nhận thức và thuyết lập luận đạo đức của Kohlberg?

Trả lời: (1) phần thưởng hoặc hình phạt, (2) công lý, (3) quan tâm đến người khác

---

BẠN MUỐN TRỞ THÀNH AI? NHÂN CÁCH Ở ĐẦU TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Cấu trúc quãng đời là gì? Người lớn tạo ra kịch bản và câu chuyện cuộc đời ra sao?**
- **Cái tôi có thể là gì? Cái tôi có thể hiện sự khác nhau trong tuổi trưởng thành hay không?**
- **Khái niệm cái tôi đi đến hình thức người lớn ra sao? Diễn tiến phát triển của khái niệm cái tôi trong suốt tuổi trưởng thành là gì?**
- **Suy nghĩ kiểm soát cá nhân là gì?**

Bạn muốn trở thành ai? Nhân cách ở đầu tuổi trưởng thành

Tạo ra kịch bản và câu chuyện cuộc đời

Cái tôi có thể

Khái niệm về cái tôi

Suy nghĩ kiểm soát cá nhân

FELICIA *là sinh viên đại học năm thứ hai, 19 tuổi đang học ở một trường cao đẳng cộng đồng. Cô nghĩ rằng việc học lấy bằng dạy trẻ con ở đầu tuổi thơ ấu sẽ rất vất vả nhưng bổ ích. Cô tưởng tượng rằng trong quá trình học mình sẽ*

gặp được một bạn trai nào đó rồi sau khi ra trường hai người sẽ lấy nhau. Trước khi cô 30 tuổi thì hai người đã có hai con. Felicia tưởng tượng mình sẽ kiếm được việc làm ổn định dạy cho trẻ con trước độ tuổi đến trường, một ngày nào đó cô sẽ mở trung tâm chăm sóc trẻ con ban ngày.

Trong chương 8, chúng ta đã chứng kiến trẻ con và trẻ vị thành niên liên quan vấn đề "bạn làm gì khi lớn?" như thế nào. Là một thanh niên mới lớn, Felicia đã đi đến giai đoạn "trưởng thành", và đang thử nghiệm một số câu trả lời lý tưởng đối với vấn đề nêu trên. Câu trả lời của Felicia có phải là điển hình cho hầu hết thanh niên mới lớn hay không?

Trong phần này, chúng ta khảo sát việc tìm kiếm nhận dạng ở trẻ vị thành niên đáp ứng thực tế nhận thức, xã hội và nhân cách của tuổi trưởng thành ra sao. Nhất là, chúng ta sẽ hiểu được cách con người tạo ra kịch bản và câu chuyện cuộc đời, cái tôi có thể, khái niệm cái tôi và suy nghĩ kiểm soát cá nhân ra sao. Chúng ta bắt đầu bằng việc khảo sát Felicia, và cả chúng ta, hình thành hình ảnh về cuộc sống người lớn của mình ra sao.

TẠO RA KỊCH BẢN VÀ CÂU CHUYỆN CUỘC ĐỜI

Hãy tưởng tượng bạn muốn làm nghề gì và bạn sẽ là ai khi lớn sẽ mất nhiều suy nghĩ, làm việc chăm chỉ và thời gian. *Dựa vào kinh nghiệm cá nhân và đầu vào từ người khác, thanh niên mới lớn tạo ra* cấu trúc quãng đời *tượng trưng cho ý thức hợp nhất về quá khứ, hiện tại và tương lai.* Một số yếu tố ảnh hưởng đến sự phát triển của cấu trúc quãng đời, chẳng hạn như nhận dạng, giá trị và xã hội, v.v... Kết hợp lại, chúng không chỉ định hình sự tạo ra cấu trúc quãng đời mà còn ảnh hưởng đến sự phát triển của cấu trúc

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Tác động tâm sinh học xã hội ảnh hưởng kịch bản của con người nhiều nhất là tác động gì?

(Whitbourne, 1987). Cấu trúc quãng đời tượng trưng cho sự liên kết giữa khái niệm nhận dạng của Erikson, vốn là tiêu điểm chính trong trẻ vị thành niên, và quan điểm người lớn về bản thân của chúng ta.

Cách đầu tiên thể hiện cấu trúc quãng đời là qua kịch bản *bao gồm kỳ vọng về tương lai.* Kịch bản chọn khía cạnh trong nhận dạng của một người lúc này đặc biệt quan trọng và đưa ra một kế hoạch cho tương lai. Chẳng hạn, bạn có thể nhận thấy mình đang nghĩ đến ngày tốt nghiệp và có thể áp dụng tất cả kiến thức và kỹ năng mình đã học được. Tóm lại, kịch bản là một kế hoạch trò chơi để thể hiện cuộc đời của bạn trong tương lai.

Felicia, sinh viên năm hai khoa nghiên cứu sự phát triển con người, có một kịch bản khá điển hình. Cô dự định lấy bằng dạy trẻ con ở đầu tuổi thơ ấu, sau khi ra trường sẽ lấy chồng, đến 30 tuổi sẽ có hai con. *Nghĩ đến việc thực hiện sự kiện tương lai với một thời điểm hoặc độ tuổi cụ thể* gọi là đồng hồ xã hội. Thời điểm cá nhân này giúp cho những người giống như những người trong ảnh cách theo dõi

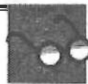


sự phát triển qua tuổi trưởng thành. Họ sử dụng dấu hiệu thời gian Sinh học (như thời kỳ mãn kinh), khía cạnh thời gian xã hội (như kết hôn), và thời gian lịch sử (như đầu thế kỷ) (Hagestad & Neugarten, 1985).

Felicia sử dụng kịch bản của mình để đánh giá sự phát triển hướng đến mục tiêu cá nhân. Với mỗi sự kiện mới, cô sẽ kiểm tra mình sẽ phát triển trước hoặc sau thời hạn ấn định trong kịch bản. Nếu cô đi trước khoa học thì cô sẽ hãnh diện về điều này, nếu cô tụt hậu, cô sẽ tự khiển trách mình vì quá chậm chạp. Nhưng nếu cô phê bình mình nhiều quá thì cô sẽ thay đổi kịch bản. Chẳng hạn, nếu không vào đại học, cô có thể quyết định đổi hoàn toàn mục tiêu nghề nghiệp của mình: thay vì mở trung tâm chăm sóc trẻ con ban ngày thì cô nghĩ đến chức quản lý trong một cửa hàng bách hóa.

Như là một cách để tìm hiểu cái cách con người tạo ra kịch bản và để hiểu đúng sự tương đồng và khác biệt giữa các kịch bản, bạn hãy dành ít phút để hoàn tất bài tập trong phần Tự tìm hiểu.

TỰ TÌM HIỂU: KHI TÔI 35, ĐÓ LÀ MỘT NĂM RẤT TỐT



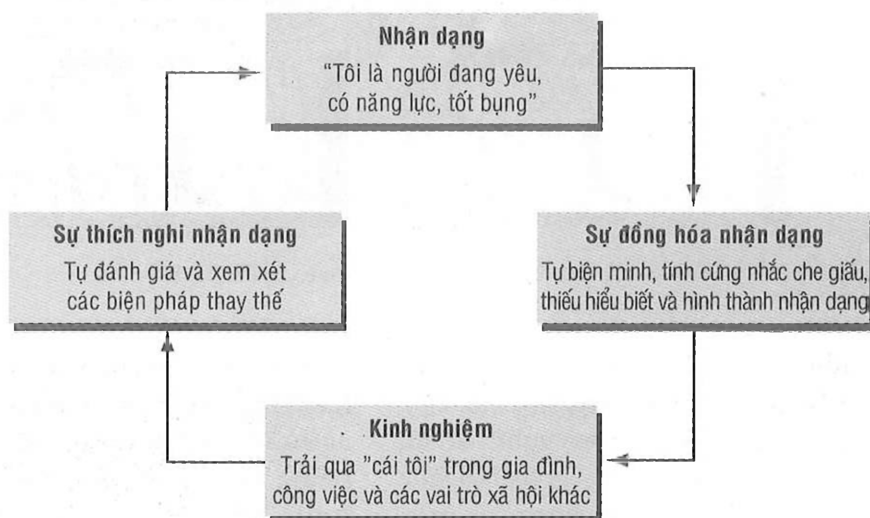
Con người suy nghĩ ra sao về tương lai và tạo kịch bản? Đây là bài tập dành cho bạn. Trước tiên, trong một vài ngày nữa hãy viết kịch bản cho chính mình. Hãy tưởng tượng tương lai của bạn ra sao (hoặc bạn nghĩ tương lai của mình sẽ như thế nào? Bạn có lập gia đình không? Khi nào? Người ấy phải như thế nào? Bạn muốn có con không? Nghề nghiệp? Bạn sẽ tiến bộ bao xa? Bạn có khiếu gì? Bạn sẽ làm huấn luyện viên cho nhóm thể thao của con mình hay không? Tham gia hội phụ huynh học sinh?

Khi bạn viết xong kịch bản, hãy trò chuyện với bạn bè và hỏi họ những câu hỏi tương tự. Có gì giống và khác nhau giữa câu trả lời của bạn bè và câu trả lời của bạn? Hỏi bạn bè xem họ lấy suy nghĩ về tương lai ở đâu. Hãy mang kết quả tìm hiểu của bạn vào lớp để thảo luận và so sánh. Bạn và bạn trong lớp có nhận dạng các chủ đề chung mà con người thường gặp trong tương lai hay không? Hãy tự tìm hiểu.

Khi con người bắt đầu đạt được một số mục tiêu trong kịch bản của mình thì họ tạo ra khía cạnh thứ hai trong cấu trúc quãng đời, câu chuyện cuộc đời, *là sự tường thuật của cá nhân sắp xếp các sự kiện trong quá khứ thành một chuỗi mạch lạc.* Câu chuyện cuộc đời của chúng ta trở thành tiểu sử tự truyện khi chúng ta đi qua tuổi trưởng thành.

Theo nghiên cứu, những gì chúng ta ghi nhớ các sự kiện hình thành câu chuyện cuộc đời thường thay đổi qua thời gian (Neisser & Winograd, 1988). Những lệch lạc xảy ra một phần vì các sự kiện tiếp theo sau làm thay đổi ý nghĩa của những sự kiện trước đây, và một phần vì chúng ta muốn trình bày cái tôi theo cách tích cực có lợi. Những lệch lạc như thế làm cho chúng ta có khả năng nghĩ rằng mình đạt được một điều gì đó đúng thời hạn (trong khi thật ra đã trễ) và suy nghĩ về kế hoạch hiện tại, đã thay đổi tốt hơn thành tựu không được cụ thể hóa.

Như được thể hiện qua biểu đồ (trang 409), kịch bản và câu chuyện cuộc đời cung cấp cơ sở cho quá trình hình thành nhận dạng liên tục trong tuổi trưởng thành (Whitbourne, 1986). Whitbourne cho rằng, sử dụng sự đồng hóa và thích nghi, chúng ta tạo ra nhận dạng của chính mình giống như cách Piaget phát biểu về sự hình thành kiến thức. Như biểu đồ minh họa, có sự phản hồi liên tục giữa nhận dạng và kinh nghiệm, điều này giải thích tại sao chúng ta đánh giá mình tích cực trong một thời điểm này, nhưng có vẻ bảo vệ



Whitbourne, 1986.

cái tôi và che giấu trong một thời điểm khác. Quá trình đồng hóa – thích nghi này dẫn đến kết quả tiến bộ phát triển trong đó con người thể hiện sự nhận dạng chín chắn tăng dần theo độ tuổi (Whitbourne & VanManen, 1996). Chương 12 đề cập quá trình này tạo ra những thay đổi ở tuổi trung niên ra sao, và Chương 14 khảo sát mối quan hệ giữa quá trình này với sự kết hợp vào cuối đời ra sao.

CÁI TÔI CÓ THỂ

Tạo ra kịch bản giả định rằng lập luận có khả năng nghĩ về kế hoạch trong tương lai và tự biện mình sẽ trở thành ai sau này (Markus & Nurius, 1986). Chúng ta thực hiện điều này như thế nào? *Nghĩ về kế hoạch trong tương lai bao gồm việc hình thành* cái tôi có thể *mô tả chúng ta sẽ trở thành ai, chúng ta thích trở thành ai và chúng ta sợ phải trở thành ai.*

Những gì bạn có thể và thích trở thành phản ánh mục tiêu hoặc giá trị cá nhân, bạn có thể tưởng tượng mình là một bố mẹ tốt, giàu có và nổi tiếng với hàng ngàn người hâm mộ hoặc có thể hình đẹp. Những gì bạn sợ phải trở thành thường được phản ánh trong các nỗi sợ cụ thể – sợ ở một mình, cuộc đời ít có ý nghĩa hoặc một người ru rú ở nhà. Cái tôi có thể là những động cơ thúc đẩy rất mạnh. Thật ra, phần lớn hành vi ở người lớn có thể được giải thích như những nỗ lực đạt được hoặc né tránh những cái tôi có thể này và bảo vệ quan điểm hiện có về cái tôi (Markus & Nurius, 1986).

Cho dù sự khác biệt tuổi tác xuất hiện trong cái tôi có thể là một vấn đề phức tạp tùy vào cách nghiên cứu dữ liệu của nhà điều tra. Trong một tiếp cận, các nhà nghiên cứu yêu cầu người tham gia mô tả cái tôi có thể ao ước và đáng sợ (Cross & Markus, 1991). Đối tượng hầu hết là nam giới và nữ giới thuộc giai cấp trung lưu, độ tuổi từ 18 – 86. Câu trả lời của họ được gom thành

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tại sao có sự khác biệt độ tuổi trong việc đặt thứ tự quan tâm về cái tôi có thể?



PEANUTS in lại với sự cho phép của United Features Syndicate, Inc.

nhiều nhóm (như gia đình, cá nhân, vật chất). Sự khác biệt tuổi tác tùy vào loại cái tôi có thể được khảo sát. Theo nghĩa cái tôi hy vọng, những người từ 18 – 24 tuổi thường liệt kê gia đình là quan tâm hàng đầu (như kết hôn với người thích hợp). Trái lại, những người từ 25 – 39 tuổi liệt kê gia đình là quan tâm sau cùng, quan tâm chủ yếu của họ là các vấn đề cá nhân chẳng hạn như trở thành một người đáng yêu hơn hoặc quan tâm nhiều hơn. Ở độ tuổi 40 – 59, vấn đề gia đình lại nổi bật như quan tâm chính, nhưng tiêu điểm tập trung vào các vấn đề khác (như loại bố mẹ "không quan tâm" con cái). Đối với những người độ tuổi 60 – 86, các vấn đề cá nhân trở thành vấn đề quan trọng nhất, bao gồm những vấn đề như vẫn còn mạnh khỏe và hoạt động.

Tất cả các nhóm độ tuổi đều liệt kê các vấn đề cơ thể như một phần trong cái tôi đáng sợ nhất. Đối với các nhóm trẻ tuổi hơn, sợ hãi thường bao gồm thừa cân, đối với phái nữ, sợ da mặt nhăn và không hấp dẫn. Đối tượng tuổi trung niên và già hơn thường sợ mắc bệnh Alzheimer hoặc không thể tự chăm sóc cho mình.

Nói chung, những người ở đầu tuổi trưởng thành có nhiều khả năng có nhiều cái tôi có thể hơn và cho rằng họ thực sự trở thành cái tôi hy vọng và tránh được cái tôi đáng sợ. Ở tuổi già, cả số lượng cái tôi có thể và sức mạnh của niềm tin giảm dần. Người già có nhiều khả năng nghĩ rằng cá nhân không thể kiểm soát được cái tôi hy vọng và cái tôi đáng sợ.

Các nhà nghiên cứu khác khảo sát cái tôi có thể theo cách khác bằng cách yêu cầu người lớn mô tả cái tôi hiện tại, quá khứ, tương lai và lý tưởng của mình (Ryff, 1991). Thay vì nghiên cứu các nhóm cái tôi có thể, tiếp cận này tập trung vào nhận thức của con người thay đổi qua thời gian. Dữ liệu biểu thị rằng những người ở đầu tuổi trưởng thành và tuổi trung niên tự nhận xét mình cải thiện cùng với độ tuổi như Linus trong truyện tranh và nghĩ rằng sẽ tiếp tục tốt hơn trong tương lai. Trái lại, người già tự xem mình vẫn ổn định qua thời gian, nhưng họ biết trước sự giảm sút trong tương lai. Những chứng cứ này biểu thị rằng nhóm cao tuổi hơn nhập tâm suy nghĩ rập khuôn tiêu cực về tuổi già, nhất là trong việc xét thấy rằng hiện nay họ đang khỏe mạnh và được giáo dục tốt.

Kết hợp lại với nhau, nghiên cứu về cái tôi có thể giúp chúng ta nghiên cứu sự tạo ra kịch bản và câu chuyện cuộc đời có hệ thống, cũng như giúp chúng ta hiểu được người lớn sắp xếp nhận thức về cái tôi thành một tổng thể cố kết ra sao.

KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI

Ngoài việc nhìn về tương lai, tuổi trưởng thành còn có sự xem xét lại nhận thức về cái tôi đầu tiên được hình thành trong trẻ vị thành niên (xem Chương 8). Thay đổi diễn ra trong khái niệm về cái tôi trong đầu tuổi trưởng thành được hiểu tốt nhất như kết quả của một quá trình

phát triển kết hợp khái niệm về cái tôi với suy nghĩ (Kegan, 1982). Khái niệm về cái tôi có được tạo ra qua quá trình tương tác này cũng trải qua thay đổi khác cùng với độ tuổi hay không? Câu trả lời rõ ràng là không. Trong một nghiên cứu khái niệm về cái tôi theo chiều dọc, trước tiên, các nhà nghiên cứu khảo sát một nhóm nam giới về khái niệm về cái tôi khi họ là sinh viên đại học năm nhất, và theo dõi nhóm này trong 14 năm (Mortimer, Finch, & Kumka, 1982). Kết quả cho thấy các vấn đề quan trọng về tính ổn định của khái niệm về cái tôi và tầm quan trọng của nhận thức về cái tôi và sự kiện trong cuộc sống.

Trong giai đoạn hơn 14 năm, nam giới thể hiện rất ít sự thay đổi trong khái niệm về cái tôi trong tư cách một nhóm. Các thành phần cơ bản của khái niệm về cái tôi vẫn ổn định, mặc dù có một số sự thay đổi trong các biến số cụ thể. Chẳng hạn, sự khỏe mạnh và năng lực giảm sút trong khi học đại học nhưng tăng lên sau khi ra trường.

Dữ liệu cũng cho thấy quan hệ thú vị giữa nhận thức về năng lực và sự kiện trong cuộc sống. Quá trình phát triển nghề nghiệp của một người, sự hài lòng trong hôn nhân, mối quan hệ với bố mẹ và sự hài lòng đối với cuộc sống nói chung của người ấy có thể được dự đoán bằng trình độ năng lực được nhận thức của anh ta. Chẳng hạn, một nhân viên như người trong ảnh chụp – với điểm số năng lực vẫn cao hơn mức trung bình của nhóm – sẽ cho rằng mình gặp ít khó khăn trong công việc hơn và có sự hài lòng trong hôn nhân và cuộc sống cao hơn những người có điểm số năng lực thấp hơn mức trung bình của nhóm.

Thậm chí thú vị hơn là mức độ tự tin của một người khi đang học đại học năm cuối có liên quan với sự đánh giá các sự kiện trong cuộc sống sau này của anh ta – điều này thậm chí có thể là dự đoán tự thể



hiện tiềm năng. Các nhà nghiên cứu cho rằng những người này tích cực tìm kiếm và tạo ra kinh nghiệm phù hợp với nhận thức của họ về năng lực. Giải thích này được nghiên cứu theo chiều dọc về phụ nữ có năng khiếu ủng hộ, với thái độ tự tin cao vào đầu tuổi trưởng thành được phản ánh qua sự hài lòng với cuộc sống cao trong độ tuổi 60 (Sears & Barbee, 1978). Những chứng cứ này cũng cung cấp sự ủng hộ bổ sung cho mô hình của Whitbourne (1986) (xem trang 409), khi họ chứng minh rằng sự nhận dạng bóp méo cách con người giải thích và trải qua sự kiện, đến lượt sự bóp méo này định hình cho các chiều hướng nhận dạng trong tương lai.

SUY NGHĨ KIỂM SOÁT CÁ NHÂN

Có nhiều chỗ trong phần này, chúng ta bắt gặp khái niệm kiểm soát cá nhân. Suy nghĩ kiểm soát cá nhân *phản ánh việc bạn nghĩ thực hiện của mình trong một tình huống ở mức độ nào tùy vào việc đang làm.* Chẳng hạn, giả sử bạn không xin được việc mà bạn nghĩ mình lẽ ra được tuyển dụng. Có phải là lỗi của bạn hay không? Hay là vì công ty quá thiển cận không thấy được tài năng thật sự của bạn? Việc bạn chọn tuỳ chọn nào trong số này

sẽ cung cấp hiểu biết về một khuynh hướng chung. Bạn có thường nghĩ rằng kết quả tùy thuộc vào việc bạn đang làm hay không? Hay là do các yếu tố bên ngoài chẳng hạn như may mắn hoặc quyền hạn của người khác?

Kiểm soát cá nhân là một khái niệm rất quan trọng có thể được áp dụng phổ biến (Baltes & Baltes, 1986). Chẳng hạn, suy nghĩ kiểm soát cá nhân không những quan trọng trong phát triển nhân cách mà còn (như chúng ta sẽ thấy trong Chương 13) trong hoạt động nhớ khi về già. Nghiên cứu biểu thị rằng con người trải qua bốn loại kiểm soát cá nhân (Tiffany & Tiffany, 1996): kiểm soát từ bên trong bản thân, kiểm soát đối với bản thân, kiểm soát đối với môi trường và kiểm soát từ môi trường.

Bất chấp tầm quan trọng của nó, chúng ta vẫn chưa có bức tranh rõ ràng về quá trình phát triển suy nghĩ kiểm soát cá nhân. Chứng cứ từ cả nghiên cứu cắt ngang (Gatz & Siegler, 1981) lẫn nghiên cứu theo chiều dọc (Lachman, 1985) mâu thuẫn nhau. Một số dữ liệu biểu thị rằng người trưởng thành trẻ tuổi hơn ít có khả năng giữ vững suy nghĩ kiểm soát bên trong (nghĩa là nghĩ rằng mình đang kiểm soát kết quả) bằng người lớn lớn tuổi hơn. Nghiên cứu khác có kết quả trái ngược.

Mâu thuẫn có thể phát sinh từ tính chất phức tạp của suy nghĩ kiểm soát cá nhân (Lachman, 1985). Những suy nghĩ này thay đổi tùy theo việc đánh giá từng lĩnh vực như trí năng hoặc sức khỏe chẳng hạn. Thật ra, nghiên cứu khác cho thấy sự kiểm soát được nhận thức đối với sự phát triển của cá nhân giảm sút theo độ tuổi, trong khi sự kiểm soát được nhận thức đối với hạnh phúc trong hôn nhân gia tăng (Brandstädter, 1989). Ngoài ra, người trưởng thành trẻ tuổi hơn không có khả năng như người trưởng thành lớn tuổi hơn trong việc nhận biết tác dụng của ảnh hưởng bên ngoài đối với hành vi của mình.

Brandstädter và Greve (1994) cho rằng suy nghĩ kiểm soát khi về già bao gồm ba quá trình tương thuộc nhau. Thứ nhất, người ta tham gia các hoạt động phòng tránh hoặc giảm thiểu tổn thất trong các lĩnh vực quan trọng đối với thái độ tự trọng và nhận dạng. Thứ hai, người ta tái điều chỉnh mục tiêu của mình như cách làm giảm bớt đánh giá cái tôi tiêu cực trong các lĩnh vực chính. Thứ ba, người ta bảo vệ chống lại ảnh hưởng của chứng cứ mâu thuẫn về cái tôi bằng cách phủ nhận hoặc tìm lời giải thích khác. Tiếp cận này bị phê phán vì cho rằng tổn thất con người đang gánh chịu thật ra không đe dọa cái tôi và những thay đổi trong mục tiêu đơn thuần chỉ tượng trưng cho các quá trình phát triển qui phạm (Carstensen & Freund, 1994).

Rõ ràng, ý thức kiểm soát cá nhân là một khía cạnh nhân cách phức tạp, đa dạng có nhiều ngụ ý rộng đối với các khía cạnh khác trong sự phát triển ở người lớn. Vì thế, có thể rằng không có độ tuổi nào có thể được nhận dạng. Thay vào đó, những thay đổi trong suy nghĩ kiểm soát cá nhân hoàn toàn tùy thuộc vào kinh nghiệm của chúng ta trong các lĩnh vực khác nhau, có thể khác biệt rất lớn từ lĩnh vực này sang lĩnh vực khác, và có thể bao gồm nhiều quá trình phức tạp, tương thuộc nhau.

TỰ KIỂM TRA

1. ______ là ý thức hợp nhất về quá khứ, hiện tại và tương lai của một người.
2. Tường thuật cá nhân sắp xếp các sự kiện trong quá khứ thành một chuỗi cố kết là _____ .

3. Trình bày chúng ta có thể trở thành ai, chúng ta muốn trở thành ai, và chúng ta phải sợ khi trở thành ai là ______.

4. Mẫu nhận thức về cái tôi được sắp xếp, cố kết, kết hợp bao gồm khái niệm thái độ tự trọng và hình ảnh cái tôi được gọi là ______.

5. ______ phản ánh mức độ thực hiện của cá nhân trong một tình huống được nghĩ nằm trong sự kiểm soát của người ấy.

6. Kịch bản, câu chuyện cuộc đời của con người và các khía cạnh nhân cách khác như một chức năng hoạt động của trình độ phát triển nhận thức và định nghĩa cái tôi trong tư cách người lớn khác nhau như thế nào?

Trả lời: (1) cấu trúc quãng đời, (2) câu chuyện cuộc đời, (3) cái tôi có thể, (4) khái niệm về cái tôi, (5) suy nghĩ kiểm soát cá nhân

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Trong chương này, chúng ta chứng kiến con người có sự chuyển tiếp từ trẻ vị thành niên sang tuổi trưởng thành ra sao. Đối với nhiều người như Marcus, sự chuyển tiếp rất mờ nhạt, có nhiều chuyện liên quan với vấn đề pháp lý độc đoán hơn các vấn đề khác. Mặc dù, trong một số nền văn hóa, có các nghi thức đi qua trang trọng, rõ ràng giúp việc xác định thời điểm khởi đầu của tuổi trưởng thành dễ hơn nhiều. Thanh niên mới lớn là tiêu bản cơ thể hoàn chỉnh, đạt đỉnh điểm trong hầu hết lĩnh vực chức năng hoạt động. Đây là thời điểm khi những người như Juan nghĩ đến việc từ bỏ các thói quen không có lợi cho sức khỏe vốn bị nhiễm phải lúc đầu đời, chuyển sang cách sống có lợi cho sức khỏe hơn. Những người như Susan quyết định trở lại đại học để học tiếp. Quả thật, đầu tuổi trưởng thành là thời điểm khi sự phát triển trí năng tiếp tục trong một số lĩnh vực nhưng bắt đầu sút giảm trong các lĩnh vực khác. Mặc dù người ta ra quyết định đạo đức từ đầu thời thơ ấu nhưng đối với thanh niên mới lớn khó phân biệt điều gì là đúng khi đối mặt với tình huống khó xử với các áp lực ngoài đời thật được minh họa bằng tình huống khó xử của Heinz. Thanh niên mới lớn cũng thường mơ về tương lai của mình như Felicia, phác họa chi tiết cuộc đời của mình.

Kết hợp tất cả lại, đầu tuổi trưởng thành là thời gian thú vị, phấn khích trong cuộc đời. Trong nhiều khía cạnh, cuộc sống không bao giờ tốt đẹp bằng thời điểm này ít nhất về sức khỏe cơ thể. Nhiều con đường mới được mở ra, và phải đảm nhận trách nhiệm của người lớn. Quan trọng nhất trong những trách nhiệm này là chủ đề trong hai chương kế tiếp: tình yêu và công việc.

TÓM TẮT



Tuổi trưởng thành bắt đầu khi nào?

Chuyển tiếp vai trò đánh dấu tuổi trưởng thành

• Tiêu chuẩn được sử dụng phổ biến nhất trong việc xác định một người đạt đến tuổi trưởng thành hay không là chuyển tiếp vai trò, bao gồm việc đảm nhận trách nhiệm và nghĩa vụ mới.

• Một số xã hội sử dụng nghi thức, được gọi là nghi thức đi qua, để đánh dấu sự chuyển tiếp này thật rõ ràng. Những nghi thức này chủ yếu thường tập trung ở nam. Tuy nhiên, những nghi thức như thế phần lớn biến mất trong nền văn hóa phương Tây.

Vào đại học

• Có hơn một nửa số sinh viên đại học trên 25 tuổi. Những sinh viên này thường có động cơ thúc đẩy nhiều hơn và có nhiều đặc điểm tích cực khác. Đại học cũng là chất xúc tác giúp cho sự phát triển nhận thức.

Quan điểm Tâm lý học

• Trẻ vị thành niên và người lớn khác nhau trong khả năng lĩnh hội kiến thức và áp dụng kiến thức và kỹ năng. Sự khác biệt quan trọng thứ hai là giảm mức độ tham gia hành vi khinh suất.

Vì thế khi nào con người trở thành người lớn?

• Trong các nền văn hóa không có nghi thức đi qua được xác định dứt khoát, người ta trở thành người lớn khi họ cảm thấy mình hoàn toàn giống như người lớn.



Phát triển cơ thể và sức khỏe

Phát triển, sức mạnh, và chức năng sinh lý

• Đầu tuổi trưởng thành là thời điểm khi một số khả năng cơ thể đạt đỉnh điểm: sức khỏe, phát triển cơ bắp, kết hợp, sự khéo léo và độ tinh tế nhận cảm. Hầu hết những khả năng này bắt đầu giảm sút ở tuổi trung niên.

Tình trạng sức khỏe

• Thanh niên mới lớn cũng có sức khỏe đạt đỉnh điểm. Chết vì bệnh tương đối hiếm, nhất là ở tuổi 20. Tai nạn là nguyên nhân tử vong hàng đầu. Tuy nhiên, giết người và bạo lực là các yếu tố chính ở một số nhóm, và AIDS là một nguyên nhân gây tử vong nghiêm trọng. Các nhóm dân tộc thiểu số nghèo ít được chăm sóc y tế tốt và sự nghèo đói cũng là một rào cản quan trọng để có được sức khỏe tốt.

Yếu tố cách sống

• Hút thuốc là yếu tố góp phần nhiều nhất, duy nhất cho các rối loạn sức khỏe, liên quan với một nửa tổng số ca bệnh ung thư, và cũng là nguyên nhân chính gây ra bệnh hô hấp và tim mạch. Mặc dù khó, nhưng việc bỏ thuốc rất có lợi cho sức khỏe.

• Đối với hầu hết mọi người, uống rượu có một vài rủi ro đối với sức khỏe. Hiện có sẵn một số tiếp cận điều trị cho người nghiện rượu.

• Nhu cầu dinh dưỡng có phần nào thay đổi trong tuổi trưởng thành, hầu hết là do thay đổi trong sự chuyển hóa. Một

số nhu cầu dưỡng chất như chất xơ cũng thay đổi. Tỷ lệ LDLs so với HDLs trong lượng cholesterol trong huyết thanh, có thể kiểm soát bằng chế độ ăn uống ở hầu hết mọi người, là một yếu tố nguy cơ quan trọng trong bệnh tim mạch.

Các vấn đề xã hội, giới tính và dân tộc trong sức khỏe

- Hai yếu tố xã hội quan trọng nhất trong sức khỏe là tình trạng kinh tế, xã hội và trình độ văn hóa. Điều kiện sức khỏe tồi tệ nhất đang tồn tại ở người Mỹ gốc Phi sống trong các khu ổ chuột nghèo, trong nội thành. Các nhóm dân tộc khác bị hạn chế trong tiếp cận chăm sóc y tế cũng bị ảnh hưởng.

- Hai phái, phái nào khỏe hơn, thật khó trả lời, vì trong phần lớn nghiên cứu sức khỏe, phụ nữ thường bị loại trừ.

- Trình độ văn hóa cao hơn đi kèm với sức khỏe tốt hơn do tiếp cận với chăm sóc y tế tốt hơn, và hiểu biết nhiều hơn về cách sống và chế độ ăn uống thích hợp.



Phát triển nhận thức

Chúng ta nghĩ gì về trí năng ở người lớn?

- Hầu hết thuyết hiện đại về trí năng đều đa hướng. Chẳng hạn, nghiên cứu của Baltes chứng minh rằng sự phát triển khác nhau ở từng cá nhân và thay đổi trong nhiều loại khả năng khác nhau.

Điều gì diễn ra đối với trí năng ở tuổi trưởng thành?

- Khả năng trí năng có thể được nghiên cứu như các nhóm có kỹ năng liên quan được gọi là *khả năng trí tuệ sơ cấp*. Những khả năng này phát triển khác nhau và thay đổi thành những tập hợp kế tiếp nhau. Những tập hợp trong thời gian gần đây hơn thực hiện tốt hơn ở một số kỹ năng chẳng hạn như lập luận quy nạp, nhưng tập hợp lớn tuổi hơn thực hiện tốt hơn trong kỹ năng con số.

- Trí năng linh động bao gồm khả năng làm cho con người trở thành những người suy nghĩ linh động và thích nghi. Khả năng linh động thường giảm sút trong tuổi trưởng thành. Trí năng kết tinh phản ánh kiến thức mà con người có được qua kinh nghiệm trong cuộc sống và trình độ văn hóa trong một nền văn hóa cụ thể. Khả năng kết tinh cải thiện cho đến cuối đời.

Vượt khỏi hoạt động hình thức: Suy nghĩ về tuổi trưởng thành

- Suy nghĩ hậu hình thức mang đặc điểm nhận biết rằng sự thật thay đổi trong từng tình huống, rằng giải pháp phải thực tế, rằng mơ hồ và mâu thuẫn là qui luật, rằng cảm xúc và tính chủ quan đóng vai trò quan trọng trong suy nghĩ. Một minh họa của suy nghĩ hậu hình thức là đánh giá phản ánh.



Lập luận đạo đức

Thuyết Kohlberg

- Kohlberg phát triển thuyết Lập luận đạo đức trên cơ sở cách con người suy nghĩ về tình huống đạo đức khó xử. Thuyết đưa ra ba cấp (tiền qui ước, qui ước, hậu qui ước), mỗi cấp gồm hai giai đoạn, dẫn đến một chuỗi phổ biến. Người Giai đoạn 1 vâng lời người có uy tín, người Giai đoạn 2 có hành vi tử tế để được trả ơn, được đáp lại sau này, người Giai đoạn 3 sống theo kỳ vọng của người khác, người Giai đoạn 4 tuân thủ nguyên tắc duy trì trật tự xã hội, người Giai đoạn 5 trung thành với giao kèo xã hội khi giao kèo này

có giá trị, người Giai đoạn 6 phát triển đạo đức cá nhân trên cơ sở nguyên tắc trừu tượng. Có nhiều chứng cứ cho thấy giai đoạn diễn ra theo chuỗi nhưng chứng cứ về tính phổ biến của thuyết ít hơn.

Biện pháp thay thế công lý

• Gilligan chỉ trích thuyết của Kohlberg cho rằng quá chú trọng công lý trong lập luận đạo đức. Gilligan khẳng định rằng phụ nữ lập luận trên cơ sở đạo đức quan tâm và trách nhiệm trong mối quan hệ giữa cá nhân với nhau nhiều hơn. Chứng cứ nghiên cứu cho thấy nam và nữ giới đều sử dụng cả tiếp cận công lý lẫn tiếp cận quan tâm/ trách nhiệm tùy vào tình huống.

Khác biệt văn hóa trong lập luận đạo đức

• Chứng cứ nghiên cứu cho rằng những người trong các nền văn hóa phương Tây thường sử dụng tiếp cận lập luận đạo đức trên cơ sở công lý thường xuyên hơn cá nhân ở trong các nền văn hóa khác.



Bạn muốn trở thành ai? Nhân cách ở đầu tuổi trưởng thành

Tạo ra kịch bản và câu chuyện cuộc đời

• Những người ở đầu tuổi trưởng thành tạo ra một cấu trúc quãng đời tượng trưng một ý thức hợp nhất về quá khứ, hiện tại và tương lai. Ý thức này được biểu hiện theo 2 cách: thông qua một kịch bản phác họa tương lai trên cơ sở đồng hồ xã hội, và trong câu chuyện cuộc đời, tạo ra một tiểu sử tự truyện.

Cái tôi có thể

• Người ta tạo ra cái tôi có thể bằng cách dự tính tương lai, suy nghĩ mình sẽ trở thành ai, mình có thể trở thành ai và mình sợ khi phải trở thành ai.

• Sự khác biệt độ tuổi trong những dự tính này tùy thuộc vào khía cạnh được khảo sát. Trong cái tôi ao ước, những người từ 18 – 24 tuổi và 40 – 59 tuổi cho rằng các vấn đề gia đình là quan trọng nhất trong khi những người từ 25 – 39 tuổi và người trưởng thành lớn tuổi hơn cho rằng các vấn đề cá nhân là quan trọng nhất. Tuy nhiên, tất cả các nhóm đều đề cập các khía cạnh cơ thể là một phần trong cái tôi đáng sợ nhất.

Khái niệm về cái tôi

• Khái niệm về cái tôi trong tuổi trưởng thành được cho là phát triển theo các giai đoạn kết hợp suy nghĩ hậu hình thức và Piaget với sự phát triển cảm xúc. Khái niệm về cái tôi có vẻ tương đối ổn định trong tuổi trưởng thành.

Suy nghĩ kiểm soát cá nhân

• Suy nghĩ kiểm soát cá nhân là một khái niệm quan trọng có khả năng áp dụng rộng. Tuy nhiên, các xu hướng phát triển rất phức tạp vì suy nghĩ kiểm soát cá nhân thay đổi đáng kể từ lĩnh vực này sang lĩnh vực khác.

TỪ KHÓA

chuyển tiếp vai trò

nghi thức đi qua

sinh viên người lớn trở lại học tiếp

thân mật so với cô lập

chè chén say sưa

nghiện

sự chuyển hóa

lipoproteins tỉ trọng thấp (LDLs)

lipoproteins tỉ trọng cao (HDLs)

đa khía cạnh

tính đa hướng

tính có thể thay đổi giữa cá nhân với nhau

tính linh động

khả năng trí tuệ sơ cấp

khả năng trí tuệ thứ cấp

trí năng linh động

trí năng kết tinh

suy nghĩ hậu chính thức

đánh giá phản ánh

lập luận đạo đức

cấp tiền qui ước

định hướng vâng lời

định hướng công cụ

cấp qui ước

chuẩn mực giữa cá nhân với nhau

tính đạo đức hệ thống xã hội

cấp hậu qui ước

giao kèo xã hội

nguyên tắc đạo đức phổ biến

cấu trúc quãng đời

kịch bản

đồng hồ xã hội

câu chuyện cuộc đời

cái tôi có thể

suy nghĩ kiểm soát cá nhân

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

KEGAN, R. (1982). The *evolving self: Problem and process in human development.* Cambridge, MA: Harvard University Press. Đây là sự kết hợp sự phát triển nhận thức và nhân cách gợi nhiều suy nghĩ, rất hấp dẫn, đôi lúc mang tính thi vị.

SCHAIE, K. W. (1995). *Intellectual development* in *adulthood: The Seattle longitudinal study*. New York: Cambridge University Press. Đây là tóm tắt lịch sử xuất sắc và cũng là chứng cứ của hầu hết nghiên cứu chuyên sâu nhất về sự phát triển trí năng trong suốt tuổi trưởng thành.

SINNOTT, J. D. (1998). The *development of logic in adulthood: Postformal thought* and its *applications*. New York: Plenum. Sách này cung cấp cả lịch sử nghiên cứu suy nghĩ hậu hình thức và quan điểm của chính Sinnott.

WHITBOURNE, S. K. (1986). *The me I know: A study of adult identity*. New York: Springer-Verlag. Đây là nghiên cứu mang tính dứt khoát trong việc tìm kiếm nhận dạng dựa trên nhiều cuộc phỏng vấn mở rộng và chứng minh người lớn kết hợp các vấn đề cá nhân, gia đình và công việc ra sao.



CHƯƠNG 10

MỐI QUAN HỆ TRONG TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Hãy tưởng tượng từ đây về sau bạn sẽ ra sao. Con bạn sẽ trưởng thành, lập gia đình, có con, có cháu. Nhân dịp sinh nhật lần thứ 80 của bạn, tất cả con cháu đều tề tụ đông đủ cùng với bạn bè của bạn để tổ chức ăn mừng. Món quà của họ dành cho bạn là một bộ sưu tập gồm hàng trăm bức ảnh và hàng chục cuộn băng video. Khi xem ảnh và băng bạn biết rằng mình thật may mắn biết bao khi có quá nhiều con người tuyệt vời như thế trong cuộc đời mình. Các mối quan hệ của bạn đã làm cho cuộc sống người lớn của bạn thêm phần thú vị và đáng giá. Khi xem băng và ảnh, bạn tự hỏi cuộc sống sẽ ra sao nếu như bạn chỉ có một mình. Bạn đi đến tất cả kinh nghiệm tuyệt vời mà có lẽ bạn bỏ sót vào đầu và giữa tuổi trưởng thành – không hề biết tình bạn là gì, không bao giờ yêu, không bao giờ nghĩ đến chuyện có con và trở thành bố mẹ. Đó là những gì chúng ta sẽ tìm hiểu trong chương này – cách chúng ta chia sẻ cuộc sống của mình với người khác. Trước tiên, chúng ta khảo sát điều gì tạo ra tình bạn tốt và mối quan hệ yêu đương. Vì những mối quan hệ này hình thành nền tảng cách sống của chúng ta, kế tiếp chúng ta sẽ nghiên cứu những mối quan hệ này. Trong phần thứ ba, chúng ta sẽ tìm hiểu làm bố mẹ nghĩa là gì. Sau cùng, chúng ta tìm hiểu điều gì xảy ra khi hôn nhân kết thúc. Trong suốt chương này, chú trọng các khía cạnh về mối quan hệ gần như ai cũng trải qua vào đầu tuổi trưởng thành và tuổi trung niên. Trong Chương 12, chúng ta nghiên cứu các khía cạnh mối quan hệ đặc trưng ở người lớn tuổi trung niên, trong Chương 14, chúng ta nghiên cứu các mối quan hệ khi về già.

MỐI QUAN HỆ

Mục tiêu nghiên cứu

- Người lớn có các loại tình bạn nào? Tình bạn ở người lớn phát triển ra sao?
- Tình yêu là gì? Tình yêu bắt đầu như thế nào? Tình yêu phát triển trong suốt tuổi trưởng thành ra sao?
- Tính chất bạo lực trong một số mối quan hệ là gì?

JAMAL và Deb, cả hai đều 25, yêu nhau như điên từ lúc hai người quen nhau ở một buổi tiệc cách đây khoảng một tháng. Bất kỳ khi nào rảnh là cả hai đều ở bên nhau, thề rằng sẽ chung sống với nhau suốt đời. Deb khi làm việc cứ luôn mơ tưởng về Jamal, trong bụng muốn gấp rút dọn qua ở chung căn hộ của anh ta. Cô rất muốn nhưng bạn đồng nghiệp khuyên cô nên từ từ.

Bạn biết Jamal và Deb đang trải qua tâm trạng gì. Mỗi người chúng ta ai cũng muốn mình được ai đó yêu mến. Cuộc đời bạn sẽ ra sao nếu như không có người nào khác để chia sẻ? Không có người để đi mua sắm hoặc đi dạo chung, không có người để trò chuyện qua điện thoại, không có người kề cận để âu yếm khi ngắm cảnh hoàng hôn ven hồ trên núi. Mặc dù có những lúc ở một mình thích hơn vì nói chung chúng ta là sinh vật xã hội. Chúng ta cần con người. Không có bạn bè và người yêu cuộc sống chỉ hoàn toàn đơn độc.

Trong các phần kế tiếp, chúng ta tìm hiểu cả mối quan hệ thúc đẩy cuộc sống và xóa bỏ cuộc sống. Chúng ta tìm hiểu tình bạn, điều gì xảy ra khi người ta đang yêu và con người tìm bạn ra sao. Thật không may, một số mối quan hệ trở thành sóng gió, chúng ta cũng tìm hiểu các yếu tố làm nền tảng cho hành vi gây hấn giữa những người bạn đời với nhau.

TÌNH BẠN

Bạn người lớn là gì? Có phải là một người nào đó đang ở đó khi bạn cần chia sẻ hay không? Một người nào đó không ngại khi nói cho bạn nghe sự thật? Một người nào đó để cùng vui đùa? Dĩ nhiên, bạn bè là tất cả những điều này và nhiều hơn thế nữa.

Bạn bè rất khác nhau về gia đình, và tượng trưng cho quan điểm tương phản (de Vries, 1996). Tình bạn chủ yếu dựa trên tình cảm, sự chọn lựa và có qua có lại. Bạn bè giúp chúng ta phát triển thái độ tự trọng, nhận biết cái tôi và tôn trọng chính mình. Bạn bè cũng giúp chúng ta được xã hội hóa thành các vai trò mới trong suốt tuổi trưởng thành.

Ý nghĩa của tình bạn

Người ta dường như hiểu tình bạn là gì cho đến khi được yêu cầu định nghĩa. Vào lúc này, mọi người gặp nhiều rắc rối khi diễn đạt bằng lời thật chính xác tình bạn là gì (Fehr, 1996). So với các mối quan hệ thân thiết khác như thành viên gia đình hoặc người yêu thì tình bạn ít bị các chuẩn



mực xã hội điều tiết hơn và dễ vỡ hơn mối quan hệ yêu đương lãng mạn (Wright, 1985). Tình bạn thường bao gồm các khía cạnh cảm xúc hoặc bầu bạn nhưng độ sâu khác nhau rất lớn ở từng người.

Từ quan điểm phát triển, tình bạn người lớn có thể được xem là có các giai đoạn có thể nhận dạng (Levinger, 1980, 1983): Quen biết, Hình thành, Liên tục, Xuống cấp và Kết thúc (ABCDE). Mô hình ABCDE này không những mô tả các giai đoạn tình bạn mà còn mô tả các quá trình thay đổi của tình bạn. Chẳng hạn, liệu tình bạn của hai phụ nữ trong ảnh chụp có phát triển từ Quen biết cho đến Hình thành hay không tùy thuộc vào việc cá nhận rơi vào một số khía cạnh nào chẳng hạn như cơ sở hấp dẫn, mỗi người biết về người khác ra sao, sự truyền đạt giữa hai người hiệu quả đến mức nào, tầm quan trọng được nhận thức về tình bạn, v.v... Mặc dù nhiều tình bạn đi đến giai đoạn Xuống cấp, cho dù tình bạn sau cùng có kết thúc hay không phần lớn tùy vào tính khả dụng của các mối quan hệ thay thế. Nếu xuất hiện bạn bè mới thì tình bạn cũ sẽ kết thúc, nếu không có bạn mới thì tình bạn vẫn tiếp tục, mặc dù cả hai người không xem tình bạn này là quan trọng.

Tình bạn ở tuổi trưởng thành

Người ta thường có bạn bè và người quen biết trong đầu tuổi trưởng thành nhiều hơn bất kỳ giai đoạn tiếp theo sau (Antonucci, 1985). Tình bạn rất quan trọng trong suốt tuổi trưởng thành một phần vì sự hài lòng cuộc sống của một người có quan hệ chặt chẽ với số lượng và chất lượng của các quan hệ với bạn bè (Antonucci, 1985). Tầm quan trọng của việc duy trì liên lạc với bạn bè cũng vượt qua các ranh giới đạo đức. Chẳng hạn, người Mỹ gốc Phi có nhiều bạn thường hạnh phúc hơn người Mỹ gốc Phi chỉ có một vài bạn (Ellison, 1990). Vì thế, không xét đến nền tảng, tình bạn đóng vai trò quan điểm trong việc xác định chúng ta hưởng thụ cuộc sống nhiều đến mức nào.

Các nhà nghiên cứu phát hiện ba chủ đề rộng làm nền tảng cho tình bạn người lớn (de Vries, 1996):

1. Khía cạnh được đề cập thường xuyên nhất tượng trưng cơ sở cảm xúc hoặc *xúc động* của tình bạn. Khía cạnh này ám chỉ sự bày tỏ tâm sự và thể hiện sự thân mật, hiểu rõ giá trị, tình cảm và hỗ trợ, tất cả những điều này dựa trên sự tin cậy, trung thành và ràng buộc.
2. Chủ đề thứ hai phản ánh tính chất *chia sẻ hoặc cộng chung* của tình bạn, trong đó bạn bè tham gia vào các hoạt động hỗ trợ quan tâm lẫn nhau.
3. Khía cạnh thứ ba tượng trưng *tính xã hội và tính tương thích,* bạn bè của chúng ta giúp chúng ta vui và cũng là nguồn giải trí, vui đùa và tiêu khiển của chúng ta.

Ba khía cạnh này được tìm thấy trong tình bạn ở người lớn thuộc mọi độ tuổi (de Vries, 1996).

Sự khác nhau giới tính trong tình bạn

Tình bạn của phái nam và nữ thường khác nhau trong tuổi trưởng thành, tiếp tục

mẫu mà lần đầu chúng ta đối mặt trong tuổi vị thành niên trong Chương 7 (Fehr, 1996; Rawlins, 1992; Tannen, 1990). Phụ nữ thường đặt tình bạn trên sự chia sẻ thân mật và cảm xúc hơn, và dùng tình bạn làm phương tiện để thổ lộ tâm sự. Đối với phụ nữ, việc kết bạn thường bao gồm việc bàn chuyện cá nhân. Thổ lộ tâm sự, là điều cần thiết đối với tính thân mật như chúng ta sẽ thấy sau này, là cơ sở chung cho tình bạn ở phụ nữ. Trái lại, nam giới thường đặt tình bạn trong các quyền lợi hoặc hoạt động chung. Nam giới có nhiều khả năng đi chơi bowling hoặc câu cá hoặc trò chuyện thể thao với bạn bè. Đối với nam giới, việc thổ lộ tâm sự với người khác thường không nhất quán với nhu cầu ganh đua, điều này có thể là một lý do giải thích nam giới do dự khi làm như thế (Huyck, 1982). Quả thật, sự ganh đua thường là một phần trong tình bạn ở phái nam, như trong trò chơi bóng rổ với bạn bè. Tuy nhiên, ganh đua thường được hình thành sao cho sự tương tác xã hội là yếu tố quan trọng nhất, không phải chuyện ai được ai mất (Rawlins, 1992). Tình bạn ở phái nam thường không thân mật như tình bạn ở phái nữ, cho dù người ta xác định tính thân mật ở mức nào đi nữa (Fehr, 1996).

Tại sao tình bạn ở phái nữ thường thân mật hơn tình bạn ở phái nam? So với nam, nữ có nhiều kinh nghiệm hơn trong việc chia sẻ thân mật như thế từ đầu thời thơ ấu, và nữ dễ chịu với khả năng có thể xúc phạm nhiều hơn. Áp lực xã hội buộc nam giới phải dũng cảm và kiên quyết thật ra kiềm chế khả năng hình thành tình bạn thân thiết (Rawlins, 1992).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Kinh nghiệm gì trong thời thơ ấu định hình sự phát triển tình bạn ở tuổi trưởng thành?

Tình bạn nam - nữ

Những khác biệt trong sự hình thành tình bạn như thế tạo ra cơ hội thú vị và khó khăn khi nam và nữ giống như hai người trong ảnh chụp muốn làm bạn với nhau. Tình bạn khác phái tạo ra cơ hội tìm hiểu công việc hoặc kỹ năng thường đi kèm với phái khác. Nhưng nữ không thể hiểu tại sao nam lúc nào cũng muốn tạo ra những cuộc ganh đua mini, và nam có thể bị trở ngại khi tìm hiểu tại sao nữ cứ luôn nói về những khó khăn của mình (Tannen, 1990). Nam cũng có khuynh hướng tình dục hóa tình bạn khác phái thường xuyên hơn nữ, nữ có thể bị xúc phạm trong những lời đề nghị như thế và thích hai người xem nhau là bạn hơn (Rawlins, 1992). Nói chung, tình bạn khác phái giảm sút ở nam sau khi kết hôn nhưng tăng dần theo độ tuổi ở nữ, vốn thường hình thành tình bạn ở nơi làm việc. Thực ra, nữ có trình độ cao, có việc làm, thường có số lượng tình bạn khác phái cao nhất (Swain, 1992).



MỐI QUAN HỆ YÊU ĐƯƠNG

Tình yêu là một trong những mối quan hệ mọi người đều cảm nhận thấy nhưng không ai có thể định nghĩa hoàn hảo. (Bạn hãy tự kiểm tra: bạn có thể giải thích đầy đủ những gì bạn muốn nói khi nhìn một ai đó bằng ánh mắt thật đặc biệt rồi

nói "anh yêu em" hay không?). Một phương pháp các nhà nghiên cứu cố gắng tìm hiểu tình yêu là gì là suy nghĩ về thành phần nào là cần thiết. Trong một loạt nghiên cứu thú vị, Sternberg (1986) nhận thấy tình yêu có ba thành phần cơ bản: (1) *đam mê,* ham muốn sinh lý mãnh liệt đối với một người nào đó, (2) *thân mật,* cảm giác rằng có thể chia sẻ tất cả hành động và suy nghĩ của mình với người khác, và (3) *ràng buộc,* tự nguyện sống với một người trong thời điểm thăng trầm. Dựa vào các kết hợp khác nhau của ba thành phần này, Sternberg nhận dạng bảy hình thức tình yêu:

1. *Mến.* Hiện có sự thân mật cũng như gần gũi, cảm thông, giúp đỡ và tình cảm nhưng không có ràng buộc hoặc đam mê. Hình thức này mô tả hầu hết tình bạn của chúng ta.
2. *Mê đắm.* Như Jamal và Deb, đôi bạn chúng ta đã gặp trong phần minh họa ở đây có nhiều đam mê dựa trên sự hấp dẫn thể xác. Đây là những gì người ta gọi là "yêu ngay từ cái nhìn đầu tiên". Nhưng mê đắm kết thúc cũng nhanh như lúc bắt đầu vì không có sự thân mật hoặc ràng buộc.
3. *Tình yêu trống rỗng.* Đôi khi mối quan hệ không có đam mê và thân mật mà chỉ dựa vào sự ràng buộc. Chẳng hạn một đôi vợ chồng không còn "yêu" nhau nữa nhưng không ly hôn vì một số lý do chẳng hạn như con cái, đức tin tôn giáo hoặc sợ sống cô độc.
4. *Tình yêu lãng mạn.* Khi đôi bạn kết hợp cả về mặt đam mê và thân mật thì sinh ra sự lãng mạn. Nhưng không có ràng buộc phải thực hiện quan hệ thể xác và cảm xúc.
5. *Tình yêu ngu muội.* Cũng có lúc đôi bạn tìm hiểu và lấy nhau thật nhanh. Sự ràng buộc của họ dựa trên đam mê vì họ không dành thời gian để cho sự thân mật phát triển. Kết quả những mối quan hệ như thế thường gãy đổ.
6. *Tình yêu bầu bạn.* Trong trường hợp này, đều có cả thân mật lẫn ràng buộc. Loại tình yêu này là tình bạn lâu dài cũng như cuộc hôn nhân lâu dài không có đam mê.
7. *Tình yêu tuyệt vời.* Mối quan hệ yêu đương tốt nhất là phải có sự ràng buộc, thân mật và đam mê. Tình yêu hoàn hảo như thế rất khó duy trì nếu không dành nhiều nghị lực để nuôi dưỡng.

Một mối quan hệ yêu đương lý tưởng, chân chính phải có tất cả ba thành phần. Như chúng ta sẽ thấy trong phần kế tiếp sự cân đối ở những thành phần này thường thay đổi khi thời gian trôi qua.

➡ *Tình yêu trong suốt tuổi trưởng thành*

Những kết hợp tình yêu khác nhau có thể được dùng để tìm hiểu mối quan hệ phát triển ra sao (Sternberg, 1986). Lúc đầu trong một mối quan hệ bất kỳ, đam mê thường rất cao nhưng thân mật và ràng buộc thường rất thấp. Đây là sự mê đắm: mối quan hệ dựa trên thể xác, mãnh liệt trong đó hai người có nguy cơ hiểu lầm và ghen tuông cao. Khao khát thân mật thể xác cao, thân mật cảm xúc và ràng buộc thấp.

Nhưng mê đắm không tồn tại lâu. Trong khi thậm chí sự đụng chạm phớt qua cũng đủ đưa mỗi bên đi vào trạng thái ngây ngất, ham muốn dục vọng điên cuồng lúc đầu, cùng với thời gian, ngày càng phải nỗ lực nhiều hơn mới có được mức cảm giác tương tự. Khi đam mê không còn thì mối quan hệ hoặc có được thân mật cảm xúc hoặc có khả năng kết thúc. Sự tin cậy, thành thật, cởi mở và chấp nhận phải là một phần trong một mối quan hệ

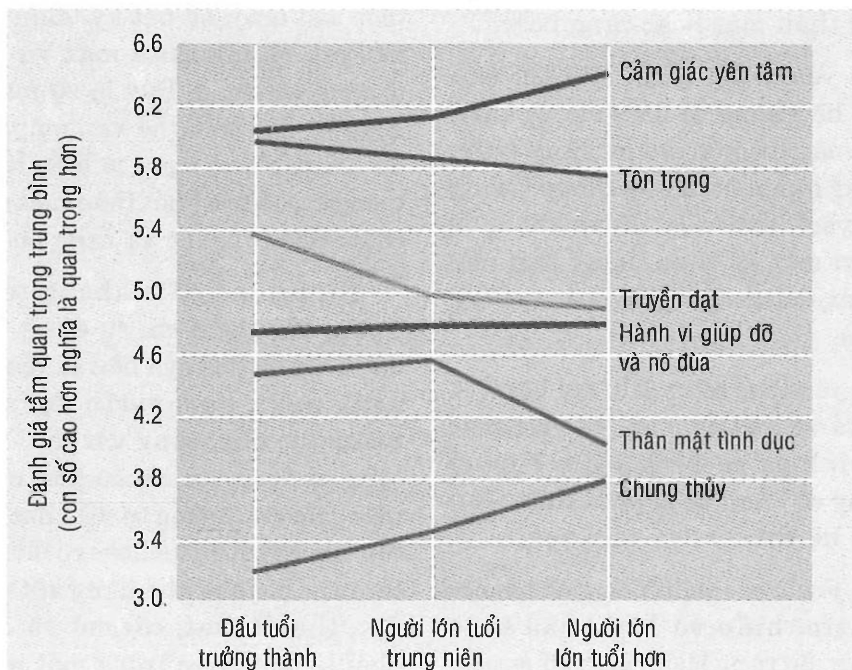
gắn bó bất kỳ, khi chúng tồn tại thì tình yêu lãng mạn phát triển.

Nếu có thời gian nhiều hơn, những người đang tham gia mối quan hệ của mình có thể ràng buộc với nhau. Họ dành nhiều thời gian bên nhau, cùng nhau ra quyết định, quan tâm lẫn nhau, dùng chung vật sở hữu, và phát triển cách giải quyết mâu thuẫn. Các đôi bạn thường thể hiện dấu hiệu ràng buộc bên ngoài như mang nhẫn của người yêu, có con hoặc chỉ chia sẻ các chi tiết của đời sống thường nhật từ làm bánh nướng trong bữa điểm tâm cho đến các nghi thức trước giờ ngủ.

Mặc dù các kiểu tình yêu có vẻ như khác nhau cùng với độ tuổi, một số khía cạnh quan trọng của mối quan hệ yêu đương vẫn giữ nguyên cùng một ý nghĩa quan trọng tương đối qua thời gian. Trong một nghiên cứu, các nhà nghiên cứu tìm hiểu sự truyền đạt, thân mật tình dục, tôn trọng, hành vi giúp đỡ và nô đùa, cảm giác yên tâm, và sự chung thủy. Như trong biểu đồ, tầm quan trọng của một số khía cạnh tình yêu khác nhau như một chức năng của độ tuổi. Nhưng sự phân hạng tương đối các thành phần khác nhau trong tình yêu đều giống nhau đối với tất cả các nhóm độ tuổi. Vì thế, mặc dù tầm quan trọng cụ thể có thể khác nhau nhưng có những nét tương đồng đáng kể trong các nhóm độ tuổi trong tính chất mối quan hệ yêu đương (Reedy, Birren, & Schaie, 1981). Những kết quả này tạo ra ý nghĩa trực giác. Chẳng hạn, các đôi bạn trẻ có thể tập trung vào truyền đạt nhiều hơn vì họ vẫn còn trong quá trình tìm hiểu lẫn nhau, nhưng trong một mối quan hệ bất kỳ sự truyền đạt luôn quan trọng.

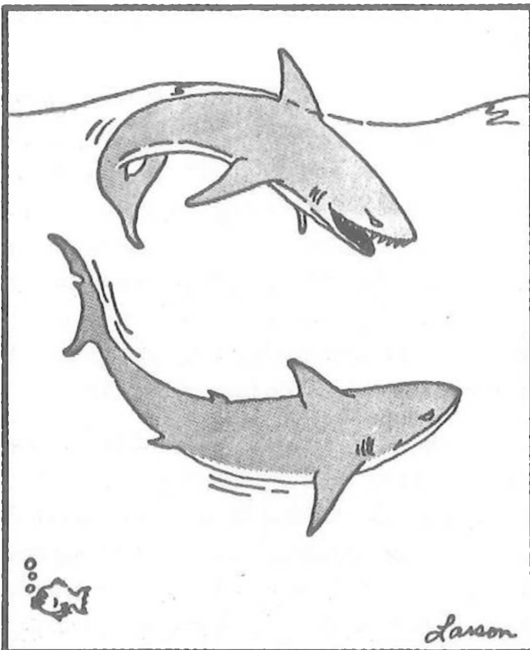
➡ *Phải lòng*

Mọi người đều muốn được người khác yêu nhưng thật ra tình yêu xảy ra với rất nhiều khó khăn. Trong quyển *The Prophet,* Kahlil Gibran nêu rõ tình yêu có hai mặt: cùng với sự cho bạn cảm giác ngây ngất thì tình yêu cũng khiến bạn đau khổ rất nhiều. Tuy nhiên, hầu hết chúng ta đều sẵn sàng chấp nhận rủi ro.



Như bạn đã trải qua chấp nhận rủi ro (có lúc) cũng thú vị và (có lúc) cũng khổ sở. Tạo ra sự kết hợp có thể nghi thức hóa, như khi con người sử dụng dây chuyền nhặt ly trong quán rượu hoặc có thể hầu như xảy ra một cách tình cờ, như khi hai người theo nghĩa đen đâm sầm vào nhau trong hành lang đông đúc vấn đề chúng ta thường gặp là "Con người phải lòng nhau như thế nào?"

Lời giải thích quá trình đầy đủ nhất là thuyết kết bạn phân loại *phát biểu rằng con người tình bạn dựa trên sự tương đồng với nhau.* Kết bạn phân loại diễn ra trong nhiều khía cạnh bao gồm đức tin tôn giáo, đặc điểm thể hình, độ tuổi, tình trạng kinh tế, xã hội, trí năng và ý thức hệ chính trị, v.v... (Sher, 1996). Sự kết bạn không ngẫu nhiên như thế thường diễn ra nhiều nhất trong các xã hội phương Tây, giúp cho con người kiểm soát được hành vi hẹn hò và cặp đôi của mình tốt hơn. Truyện tranh Far Side minh họa rằng những hoạt động chung là một cơ sở để nhận dạng các đôi bạn tiềm năng.



"Này cưng.. tối qua anh không gặp em ở buổi tiệc điên cuồng phải không?"

Một số nhà nghiên cứu cho rằng các đôi bạn phát triển theo giai đoạn. Theo thuyết kinh điển của Murstein (1987), con người áp dụng ba đầu lọc, tượng trưng cho các giai đoạn khác nhau, khi họ quen người khác: (a) *Kích thích:* Vẻ ngoài hình thể, giai cấp xã hội và thái độ của người ấy có hợp với bạn hay không? (b) *Giá trị:* giá trị của người ấy về tình dục, tôn giáo, chính trị, v.v... có hợp với bạn hay không? (c) *Vai trò:* quan điểm của người ấy về mối quan hệ, kiểu truyền đạt, vai trò giới tính, v.v... có hợp với bạn hay không? Nếu câu trả lời cho tất cả ba đầu lọc là "có" thì bạn chắc chắn hình thành một đôi bạn.

Một khía cạnh quan trọng hơn trong việc tìm hiểu người lớn hình thành đôi bạn ra sao liên quan đến tình cảm quyến luyến mà họ hình thành trong tuổi ẵm ngửa và thời thơ ấu cho đến tuổi trưởng thành theo mô tả trong Chương 5 (Hazan & Shaver, 1994). Các nhà nghiên cứu chứng minh rằng mỗi người trong chúng ta thường tái tạo loại tình cảm quyến luyến mà chúng ta có khi còn trẻ cho đến khi trưởng thành trong các mối quan hệ đối tác (như Hazan & Shaver, 1994; Kobak, 1994; Main, 1996). Chẳng hạn, Hazan và Shaver (1987, 1990) phát hiện rằng người lớn gần gũi với người khác khá dễ dàng *(kiểu yên tâm)* thường có mối quan hệ mạnh nhất khi còn trẻ, những người cô độc thường gặp rắc rối khi hình thành mối quan hệ thân mật *(kiểu né tránh)* khi còn trẻ. Sự giống nhau trong các kiểu quyến luyến là một yếu tố quan trọng cho việc kết bạn phân loại (Collins & Read, 1990).

Một khi họ đến với nhau thì nam và nữ có khác nhau trong cách hành xử hay không? Câu trả lời là có. Nam thường lãng

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Ảnh hưởng gia tăng tương tác trong nền văn hóa đối với sự chọn bạn là gì?

mạn hơn: tin tưởng tuyệt đối vào tình yêu trong ánh mắt đầu tiên, có cảm giác rằng chỉ có một tình yêu thật sự duy nhất mà số phận dành cho mình, xem tình yêu là điều màu nhiệm và không thể hiểu được, và cho rằng mình tương thích với đối tác. Nữ thường là những người thực dụng luôn thận trọng cho rằng đảm bảo tài chánh cũng quan trọng như đam mê trong một mối quan hệ, rằng một người có thể tập cách yêu nhiều người và tình yêu ấy không khắc phục được mọi bất đồng (Peplau & Gordon, 1985). Những khác biệt này thậm chí được chuyển thành quan điểm về cách tốt nhất nên tạo ra sau cuộc cãi vã: hầu hết nam giới cho rằng cách tốt nhất đối với một phụ nữ là phải xin lỗi thông qua hoạt động tình dục đam mê, trong khi hầu hết phụ nữ cho rằng cách tốt nhất đối với một người đàn ông là phải xin lỗi thông qua bàn bạc thành tâm, riêng tư (Peplau & Gordon, 1985). Sau cùng, sự bất mãn của đàn ông trong mối quan hệ tình dục khác giới là dấu hiệu dự đoán sự chấm dứt mối quan hệ tốt hơn sự bất mãn của đàn bà nhiều, một phần vì tiếp cận tình yêu của phụ nữ bao gồm mong muốn mãnh liệt hơn là cố giữ vững mối quan hệ (Cowan & Cowan, 1992).

Những hành vi này so sánh giữa các nền văn hóa ra sao? Trong một nghiên cứu đặc biệt, Buss và một nhóm rất đông các nhà nghiên cứu (1990) nhận dạng ảnh hưởng của văn hóa và giới tính đối với sở thích kết bạn tình dục khác giới trong 37 nền văn hóa khắp thế giới, theo mô tả trong phần Nghiên cứu nổi bật. Đặc điểm nào dự đoán cho việc chọn bạn? Bạn cứ đọc sẽ hiểu.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: TRÒ CHƠI KẾT BẠN TRÊN KHẮP THẾ GIỚI



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Văn hóa và giới tính có thể đóng vai trò quan trọng trong việc xác định ai là người đáng được kết bạn ở nhiều nơi khác nhau trên khắp thế giới. Để tiến hành nghiên cứu toàn diện nhất về chủ đề này, David Buss tập hợp một nhóm rất đông các nhà nghiên cứu quốc tế.

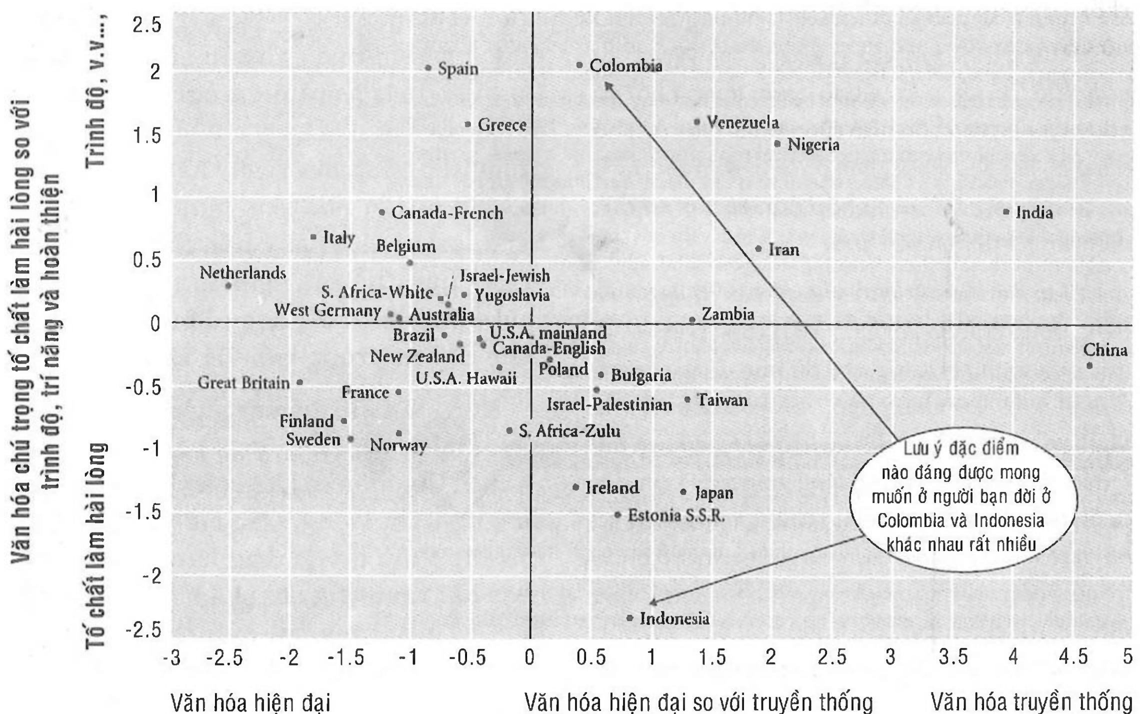
Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Các nhà nghiên cứu yêu cầu người tham gia điền vào bảng câu hỏi có các yếu tố quan trọng trong việc chọn bạn, như đánh giá đặc điểm đáng mong muốn của người bạn tiềm năng, và sở thích về người bạn tiềm năng ấy chẳng hạn phân loại đặc điểm của người bạn tiềm năng từ cao nhất đến thấp nhất.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Có tất cả 9.474 người lớn ở 33 nước trên 6 châu lục và 5 quần đảo tham gia nghiên cứu. Mẫu rộng và đa dạng như thế là điều đặc biệt trong nghiên cứu phát triển.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Dữ liệu cho nghiên cứu cắt ngang, không thực nghiệm này được các nhóm nghiên cứu trong từng nước thu thập. Trong một số trường hợp, các hạng mục khảo sát phải được sửa đổi để phản ánh văn hóa địa phương. Chẳng hạn, nhiều đôi bạn ở Thụy Điển, Phần Lan và Na Uy không hề kết hôn, chỉ thích sống chung với nhau. Ở Nigeria, các hạng mục phải phản ánh khả năng có nhiều vợ do tập quán đa thê.

Thu thập dữ liệu ở Nam Phi được mô tả như "kinh nghiệm đáng sợ" do sự khó khăn trong việc thu thập dữ liệu ở cả mẫu da trắng lẫn mẫu Zulu trong tình hình nội chiến. Sau cùng, trong một số trường hợp không bao giờ nhận được dữ liệu vì sự cản trở của chính quyền hoặc viên chức không cho phép tiến hành nghiên cứu. Những khó khăn như thế nêu bật sự khó khăn trong việc tiến hành nghiên cứu giữa các văn hóa và sự cần thiết phải dùng văn hóa địa phương trong thiết kế công cụ nghiên cứu.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Vì nghiên cứu gồm có người tình nguyện



(Ghi chú: Con số ám chỉ số điểm đánh giá so với trung bình)

nên không có sự quan tâm đạo đức. Tuy nhiên, phải đảm bảo rằng tất cả quyền lợi của người tham gia phải được bảo vệ là một thách thức vì bao gồm nhiều nước và văn hóa.

Kết quả ra sao? Nam và nữ trong mỗi nền văn hóa thể hiện thứ tự sở thích của mình liên quan đến đặc điểm lý tưởng của người bạn đời. Khi so sánh tất cả thứ tự và sở thích, nổi bật hai khía cạnh chính như trong hình bên trên. Khi nhìn vào hình, hai nước trở lên gần nhau hơn thì nam và nữ giống nhau hơn trong việc phân loại đặc điểm đáng mong muốn ở người bạn đời.

Trong khía cạnh quan trọng đầu tiên (tượng trưng bằng trục hoành trong hình vẽ), đặc điểm của người bạn đời đáng mong muốn thay đổi vì giá trị văn hóa – nghĩa là liệu nước của người trả lời có nhiều giá trị truyền thống hơn hoặc có giá trị công nghiệp phương Tây hay không. Trong văn hóa truyền thống, nam coi trọng sự trinh tiết của nữ, mong muốn nữ nhà ở chăm sóc con cái, nấu ăn giỏi, làm quản gia tốt, nữ coi trọng tham vọng và sự cần cù của nam, có triển vọng tài chánh tốt, có địa vị xã hội thuận lợi. Các nước như Trung Quốc, Ấn Độ, Iran, và Nigeria tượng trưng cho cực truyền thống của khía cạnh này. Trái lại, những người trong các nền văn hóa công nghiệp phương Tây đánh giá những đặc điểm này ở mức độ thấp hơn nhiều. Các nước như Hà Lan, Phần Lan, Anh và Thụy Điển tượng trưng cho cực khía cạnh này.

Khía cạnh quan trọng thứ hai (trục tung) phản ánh tầm quan trọng tương đối của trình độ, trí năng và hoàn thiện xã hội so với tố chất làm hài lòng trong việc chọn bạn đời. Như bạn thấy trong hình, Tây Ban Nha, Colombia, và Hy Lạp đều xem trọng trình độ, trí năng và hoàn thiện xã hội, trái lại Indone-sia chú trọng nhiều tố chất làm hài lòng. Lưu ý rằng khía cạnh này nhấn mạnh cùng nét như nhau ở cả hai phái.

Trinh tiết chứng tỏ là đặc điểm có tính thay đổi nhiều nhất trong các nền văn hóa, được xem trọng trong một số nền văn hóa này nhưng không quan trọng trong một số nền văn hóa khác. Thật thú vị, trong việc tìm kiếm bạn đời, nam giới khắp thế giới đều xem trọng sự hấp dẫn ngoại hình ở phái nữ trong khi phụ nữ trên khắp thế giới muốn tìm người

chồng có khả năng chu cấp tốt. Nhưng nam và nữ trên khắp thế giới đồng ý rằng tình yêu và sự hấp dẫn lẫn nhau là yếu tố quan trọng nhất và hầu như nền văn hóa nào cũng đánh giá cao khả năng có thể phụ thuộc, tính ổn định cảm xúc, tử tế và cảm thông. Có vẻ sự hấp dẫn có một số đặc điểm vượt trội hơn văn hóa.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Nói chung, Buss cùng đồng nghiệp kết luận rằng chọn bạn đời là một quá trình phức tạp cho dù bạn đang sống ở đâu đi nữa. Tuy nhiên, một văn hóa đều có một tập hợp các nét được đặt ưu tiên hàng đầu có thể mô tả mà hai phái đang tìm cho người bạn đời hoàn hảo. Nghiên cứu cũng chứng minh rằng xã hội hóa trong một nền văn hóa đóng vai trò quan trọng trong việc hấp dẫn người khác phái, đặc điểm được đánh giá cao trong một nền văn hóa này nhưng không đáng mong muốn trong một nền văn hóa khác.

MẶT TRÁI CỦA MỐI QUAN HỆ: BẠO HÀNH

May thay, hầu hết tình bạn và mối quan hệ yêu đương đều bình thường, ở chỗ cá nhân liên quan thường đối xử với nhau bằng thái độ tôn trọng và tử tế. Nhưng cũng đáng tiếc, thực tế không phải lúc nào cũng thế. *Một số mối quan hệ mang tính chất bạo hành, một người trở nên gây hấn đối với người kia hình thành một* mối quan hệ ngược đãi. Những mối quan hệ như thế ngày càng được nhiều người chú ý trong một vài thập niên qua.

Loại hành vi gây hấn nào trong mối quan hệ ngược đãi? Nguyên nhân của sự ngược đãi như thế là gì? Các nhà nghiên cứu bắt đầu tìm thấy câu trả lời đối với những câu hỏi này và câu hỏi liên quan. Dựa vào một thập niên nghiên cứu bạn đời ngược đãi, O'Leary (1993) cho rằng có chuỗi tiếp nối hành vi gây hấn đối với bạn đời, diễn tiến như sau: hành vi gây hấn bằng lời, hành vi gây hấn thể xác, hành vi gây hấn thể xác nghiêm trọng và giết chết bạn đời. Minh họa của từng hành vi được liệt kê trong biểu đồ bên dưới.

Nên lưu ý hai điểm trong chuỗi tiếp nối này. Thứ nhất, có những khác biệt cơ bản về cách thể hiện các loại gây hấn vượt quá mức nghiêm trọng. Các mức độ gây hấn thể xác thấp hơn chẳng hạn như xô đẩy hoặc bạt tai tương đối phổ biến, 25 – 40% nam và nữ trong các mối quan hệ ràng buộc đôi khi thể hiện hành vi như thế (Riggs & O'Leary, 1992; Straus, Gelles, & Steinmetz, 1980). Trái lại, một số nam giới cực kỳ ngược đãi ngay từ khi bắt đầu mối quan hệ, người ta nghĩ họ tạo ra một tập hợp con gồm những người chuyên đánh đập gây tổn thương cơ thể nghiêm trọng cho người bạn đời và sử dụng quyền kiểm soát áp đặt đối với cuộc đời người bạn đời (Stark, 1992).

Điểm thứ hai được mô tả trong biểu đồ (trang 429), là nguyên nhân hành vi gây hấn cơ bản hoài nghi khác nhau khi loại hành vi gây hấn thay đổi (O'Leary, 1993). Như bạn thấy, có nhiều nguyên nhân hành vi gây hấn hoài nghi gia tăng khi lượng gây hấn gia tăng. Vì thế, nguyên nhân phức tạp hơn khi mức gây hấn tồi tệ hơn.

Sự khác nhau về nguyên nhân ngược đãi ngụ ý rằng tiếp cận trong việc xử lý

Gây hấn bằng lời →	*Gây hấn thể xác* →	*Gây hấn thể xác nghiêm trọng* →	*Giết chết bạn đời*
Thóa mạ	Xô đẩy	Đánh đập	
La thét	Bạt tai	Đấm	
Gọi tên	Đẩy mạnh	Cầm đồ vật đánh	

Gây hấn bằng lời →	*Gây hấn thể xác* →	*Gây hấn thể xác nghiêm trọng → Giết chết bạn đời*
Thóa mạ	Xô đẩy	Đánh dập
La thét	Bạt tai	Đấm
Gọi tên	đẩy mạnh	Cầm đồ vật đánh

Nguyên nhân

Cần kiểm soát [a] ————→
Lạm dụng quyền hạn [a] ————→
Ghen [a] ————→
Hôn nhân bất hòa ————→
Chấp nhận bạo hành làm phương tiện kiểm soát ————→
Làm mẫu cho sự gây hấn thể xác ————→
Bị ngược đãi khi còn trẻ con ————→
Kiểu nhân cách gây hấn ————→
Lạm dụng rượu ————→
Rối loạn nhân cách ————→
Cảm xúc không ổn định ————→
Thái độ tự trọng kém ————→

Yếu tố góp phần: yếu tố gây căng thẳng trong công việc và thất nghiệp

Lưu ý: sự cần kiểm soát và các biến số khác bên trái đi kèm với tất cả hình thức gây hấn, chấp nhận bạo hành và các biến số ở giữa đi kèm với gây hấn thể xác, gây hấn nghiêm trọng và giết người. Rối loạn nhân cách và các biến số bên phải đi kèm với gây hấn nghiêm trọng và giết người.

[a] thích hợp với nam hơn là nữ

người ngược đãi sẽ thay đổi theo tính chất của hành vi gây hấn (O'Leary, 1993). Chẳng hạn, suy nghĩ cần kiểm soát người khác có thể điều trị bằng tâm lý liệu pháp, lạm dụng rượu phải cần các bước bổ sung.

Sự có mặt của những yếu tố tình huống góp phần cho tất cả mức độ gây hấn, chẳng hạn như chứng nghiện rượu, căng thẳng trong công việc và thất nghiệp, gia tăng khả năng có thể xảy ra nạn bạo hành trong mối quan hệ (O'Leary, 1993). Những yếu tố như thế chứng tỏ rất khó giải quyết.

Sự khác biệt giới tính được báo cáo trong một số nguyên nhân cơ bản của hành vi bạo hành (O'Leary, 1993). Quan trọng nhất, bộ ba sự cần kiểm soát, lạm dụng quyền hạn và ghen là những nguyên nhân nổi bật nhất ở nam so với nữ. Chẳng hạn, nam có nhiều khả năng hơn nữ có hành vi gây hấn vì họ muốn chắc chắn rằng người bạn đời của mình phải biết "ông chủ là ai" và ai là người đặt ra luật lệ.

Hai nguyên nhân khác gây nhiều tranh cãi về hành vi gây hấn và ngược đãi được nhiều người thảo luận: thái độ trong xã hội gia trưởng và bị ngược đãi khi còn trẻ. Những người chỉ trích ủng hộ nữ quyền khi nhận xét về nguyên nhân bạo hành trong gia đình lập luận rằng sự gây hấn của nam đối với nữ một phần là do sự bất bình đẳng của nữ trong xã hội gia trưởng (Dobash & Dobash, 1992; Yllư, 1993). Từ quan điểm này, ngược đãi được xem là kết

quả "bình thường" của sự xã hội hóa nam giới, trong đó sự chi phối của nữ giới được củng cố vững chắc trong xã hội. Thật ra, mẫu khác biệt giới tính được thảo luận ở phần trên ủng hộ quan điểm này, cho rằng nam có nhiều khả năng hơn nữ khi hoạt động gây hấn từ sự cần sử dụng quyền kiểm soát hoạt động quyền hạn. Cũng có một số chứng cứ xuyên văn hóa cho thấy khi nữ và nam được đối xử bình đẳng hơn, thì nam không thể ngược đãi nữ (Levinson, 1988). Vì thế, bạo hành của nam đối với nữ được xem là một trong những phương tiện để nam thống trị nữ (Yllö, 1993).

Tranh cãi thứ hai về suy nghĩ ở nhiều người cho rằng những người thường ngược đãi có lẽ bản thân họ khi còn nhỏ cũng bị ngược đãi (O'Leary, 1993). Nhưng có chứng cứ nào ủng hộ quan điểm này hay không? Chắc chắn phải xét đến khi nào người ta phải điều trị về việc ngược đãi bạn đời của mình. Trong trường hợp này, 60% nam giới là nạn nhân của tình trạng bị ngược đãi khi còn nhỏ và 44% chứng kiến cảnh bạo hành giữa bố mẹ (O'Leary, 1993). Vì một vài phụ nữ đang điều trị trong tư cách người ngược đãi, nhưng vẫn chưa có số liệu thống kê tương tự dành cho họ.

Nhưng nếu cá nhân ngược đãi trong dân số nói chung được khảo sát, bao gồm những người không được điều trị thì bức tranh thay đổi rất ấn tượng. Trong dân số nói chung, chỉ có 13% nam và 12% nữ gây hấn thể xác đối với người bạn đời vốn đã chứng kiến cảnh bạo hành trong gia đình bố mẹ của mình, hoặc bản thân họ bị ngược đãi hoặc chứng kiến cảnh bố mẹ có hành vi bạo lực lẫn nhau (O'Leary, 1993).

Những số liệu thống kê này nhấn mạnh tính phức tạp của nguyên nhân của hành vi gây hấn đối với bạn đời. Ít nhất trong dân số nói chung, đa số bạn đời gây hấn không phải là nạn nhân của ngược đãi khi còn bé. Sau khi đã trải qua hoặc chứng kiến cảnh bạo hành khi còn bé có thể là dấu hiệu dự đoán người nào phải được điều trị hành vi ngược đãi hơn là những người đầu tiên có khả năng ngược đãi.

Các nhà nghiên cứu cũng bắt đầu dẫn chứng bằng tài liệu sự khác nhau trong hành vi gây hấn theo nhận xét của nam và nữ trong cuộc. Chẳng hạn, bạn đời trong một mối quan hệ tương đối mới thể hiện mức độ gây hấn thể xác thấp hơn (xô đẩy, bạt tai), như cặp vợ chồng trong ảnh chụp, thường không xem họ là người ngược đãi, và họ quả quyết không phải có hành động ấy trong tự vệ (Cascardi, Vivian, & Meyer, 1991; O'Learyvà người khác, 1989). Tuy nhiên, phụ nữ trong các mối quan hệ lâu dài thường xem hành động gây hấn của mình là tự vệ, nam thường không xem hành động gây hấn là ngược đãi hoặc tự vệ (Cascardi và người khác, 1991). Lý do giải thích tại sao nữ và nam giết chết bạn đời của mình cũng khác nhau (Browne & Williams, 1993; Cascardi & O'Leary, 1992). Nam thường giết chết bạn đời vì ghen và sự kiểm soát. Trái lại, nữ thường tiếp xúc với các cơ quan thực thi pháp luật để yêu cầu bảo vệ trước khi giết chết bạn



đời. Cho thấy phụ nữ chủ yếu giết chết bạn đời vì tự vệ. Quả thật, một số tác giả nghĩ rằng, hệ thống tư pháp hình sự của Mỹ có tác dụng trong một số tình huống, mối quan hệ ngược đãi có thể giải thích hành vi phản xã hội hoặc hành vi tội phạm (Walker, 1984). *Trong trường hợp* hội chứng phụ nữ bị đánh đập, *phụ nữ nghĩ rằng mình không thể thoát khỏi hoàn cảnh ngược đãi , và thậm chí còn đi quá xa khi giết chết bạn đời.*

Tại sao người ta vẫn chịu đựng mối quan hệ ngược đãi? Lý do – thái độ tự trọng, sợ hãi và phủ nhận – cả đơn giản lẫn phức tạp. Cá nhân bị ngược đãi thường có thái độ tự trọng thất thường không nghĩ rằng mình không thể cải thiện được tình hình, thật ra nhiều người nghĩ rằng mình đáng bị ngược đãi (Walker, 1984). Sợ hãi cũng đóng vai trò quyết định, nhất là ở phụ nữ bị ngược đãi, tất cả phụ nữ quá thường xuyên rời bỏ mối quan hệ đều bị săn lùng và bị bạn trai (trước đây) và người chồng (trước đây) giết chết. Các nạn nhân khác giảm thiểu hoặc phủ nhận sự ngược đãi – "chỉ xảy ra khi chồng say rượu" (hoặc quá căng thẳng) hoặc "thực ra anh ấy rất thương tôi". Thật đáng ngạc nhiên, một số phụ nữ bị ngược đãi bị đánh đập thường xuyên thường không cho rằng mối quan hệ của mình là bất hạnh (O'Leary và người khác, 1989).

Được cảnh báo về tính nghiêm trọng của ngược đãi, nhiều cộng đồng đã lập ra các nơi trú thân dành cho phụ nữ bị đánh đập cùng con cái của họ, và các chương trình điều trị nam giới ngược đãi. Tuy nhiên, hệ thống pháp lý ở nhiều địa phương vẫn chưa hình thành để giải quyết bạo hành trong gia đình. Phụ nữ ở một số nơi không thể thưa chồng vì tội đánh đập và kiềm chế mệnh lệnh quá thường xuyên thường tạo ra ít sự bảo vệ thực sự tránh hành động bạo hành khác. Phần lớn vẫn còn được thực hiện nhằm bảo vệ phụ nữ và con cái tránh khỏi nỗi sợ và thực tế bị ngược đãi liên tục.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: ẢNH HƯỞNG ĐẾN MỐI QUAN HỆ TRONG TUỔI TRƯỞNG THÀNH



Như thấy rõ từ mô hình ABCDE và Sternberg, các mối quan hệ người lớn rất phức tạp. Ai chọn ai, và liệu cảm nghĩ có qua có lại hay không, kết quả từ sự tương tác của tác động phát triển được mô tả trong mô hình Tâm sinh học xã hội được trình bày trong Chương 1. Về mặt Sinh học, hóa ra là hai giai đoạn khác nhau, hấp dẫn và quyến luyến (Liebowitz, 1983), phản ánh các quá trình hóa thần kinh khác nhau về cơ bản (Fisher, 1994). Hấp dẫn đi kèm với hóa chất thần kinh liên quan với amphetamine, giải thích cho sự hưng phấn khi người ta đang yêu. Quyến luyến, mà một số người gọi là sự tĩnh lặng và ràng buộc dài hạn, về mặt hóa thần kinh được phản ánh trong các chất liên quan với á phiện, một loại thuốc gây nghiện mạnh. (Tình yêu thực sự có nhiều tác động đối với não!)

Về mặt tâm lý, như chúng ta chứng kiến trong Chương 9, một vấn đề phát triển quan trọng là thân mật theo Erikson, mối quan hệ trưởng thành không thể không có thân mật. Ngoài ra, các loại mối quan hệ bạn nhìn thấy và trải qua khi còn nhỏ (và cho dù bao gồm bạo hành hay không) ảnh hưởng đến cách bạn xác định và hành động trong các mối quan hệ bạn phát triển trong tư cách một người lớn. Tác động văn hóa xã hội định hình các đặc điểm bạn nhận thấy là đáng mong muốn ở người bạn đời và xác định liệu bạn có khả năng gặp sự phản đối của gia đình khi ra lựa chọn của mình hay không. Tác động chu kỳ đời sống cũng rất quan trọng, các khía cạnh khác nhau của tình yêu ít hoặc nhiều quan trọng hơn tùy vào giai đoạn trong đời sống.

Tóm lại, để hiểu các mối quan hệ người lớn, chúng ta phải tính đến tác động của mô hình Tâm sinh học xã hội. Quá dựa vào một hoặc hai tác động sẽ tạo ra một mô tả không hoàn chỉnh về lý do tại sao người ta thành công (hoặc không) trong việc tìm ra một đối tác hoặc một người bạn.

TỰ KIỂM TRA

1. Tình bạn dựa trên sự thân mật và chia sẻ cảm xúc mang nhiều đặc điểm của ______.
2. Ganh đua là một phần quan trọng trong hầu hết tình bạn ở ______.
3. Mối quan hệ yêu đương trong đó có sự thân mật và đam mê nhưng ràng buộc không phải được gọi là ______.
4. Trinh tiết là một đặc điểm quan trọng mà nam giới tìm kiếm ở người bạn đời trong các nền văn hóa ______.
5. Hành vi gây hấn dựa trên sự lạm dụng quyền hạn ghen, hoặc sự cần kiểm soát có nhiều khả năng được thể hiện ở ______.
6. Tại sao thân mật (được đề cập trong Chương 9) là điều kiện tiên quyết cần thiết đối với các mối quan hệ của người lớn theo Erikson? Khía cạnh nào trong mối quan hệ được đề cập ở đây ủng hộ (và phản bác) quan điểm này?

Trả lời: (1) nữ, (2) nam, (3) tình yêu lãng mạn, (4) truyền thống, (5) nam

CÁCH SỐNG

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tại sao một số người quyết định không kết hôn và những người này muốn gì?**
- **Đặc điểm của những người sống chung như vợ chồng là gì?**
- **Mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính như thế nào?**
- **Hôn nhân giống điều gì trong suốt quá trình của tuổi trưởng thành?**

Cách sống

Sống độc thân

Chung sống như vợ chồng

Các đôi nam đồng tính và nữ đồng tính

Hôn nhân

KEVIN và **BETH** *đang ở chín tầng mây. Họ lấy nhau cách đây một tháng, mới đi hưởng tuần trăng mật về. Mọi người khi thấy họ đều cho rằng chắc họ yêu nhau nhiều lắm. Họ rất hợp nhau và có nhiều điểm chung, giống nhau hầu hết các hoạt động giải trí. Kevin và Beth tự hỏi điều gì đang chờ đợi họ phía trước.*

Phát triển mối quan hệ chỉ là một phần của bức tranh tìm hiểu người lớn trải qua cuộc đời của mình với người khác ra sao. Đặt mối quan hệ như mối quan hệ của Kevin và Beth vào bối cảnh đối với chúng ta là điều quan trọng để tìm hiểu mối quan hệ ra đời như thế nào và mối quan hệ thay đổi qua thời gian ra sao. Trong các phần

tiếp theo sau, chúng ta tìm hiểu các mối quan hệ: sống độc thân, chung sống như vợ chồng, các đôi nam đồng tính và nữ đồng tính và hôn nhân.

SỐNG ĐỘC THÂN

Lúc Susan tốt nghiệp đại học, cầm bằng kế toán trong tay, cô xin việc ở một công ty tư vấn. Trong vài năm đầu làm việc, thời gian đi lại của cô còn nhiều hơn thời gian ở nhà. Trong thời gian này, cô có hàng loạt mối quan hệ yêu đương, nhưng không có mối quan hệ nào mang tính ràng buộc cho dù cô xem hôn nhân là mục tiêu. Ở độ tuổi 35, cô quyết định mình không còn muốn lấy chồng nữa. "Lúc này mình có quen một anh bạn trong hãng, mình thích đi đó đây, và khá linh động trong tình cảm nếu gặp điều phù hợp", cô kể cho cô bạn Michele nghe. "nhưng mình nhớ không có ai ở chung với mình cả ngày hoặc cùng đi dạo phố".

Trong những năm đầu tuổi trưởng thành, hầu hết mọi người như trong ảnh bên trái dưới đều sống độc thân như Susan, theo định nghĩa là không sống chung với một người bạn thân thiết. Dự đoán có khoảng 75% nam và 60% nữ ở độ tuổi 20 – 25 chưa kết hôn, con số quyết định ở vậy ngày càng tăng. Những tỉ lệ phần trăm này đang tăng trong một vài thập niên, và tương đối giống nhau trong tất cả các nước công nghiệp (Burns, 1992).

Kinh nghiệm của Susan thường gặp ở phụ nữ cuối cùng là quyết định không kết hôn (Dalton, 1992). Nhiều phụ nữ tập trung vào mục tiêu nghề nghiệp hơn là hôn nhân hoặc mối quan hệ. Số phụ nữ khác kể rằng họ hoàn toàn không gặp được "người phù hợp" hoặc thích sống độc thân vì quá thất vọng khi làm quen với nam giới. Tuy nhiên, áp lực kết hôn rất lớn đối với nữ, những câu hỏi thường đặt ra như "có triển vọng tốt chưa?" khiến cho phụ nữ cảm thấy đang được chú ý hoặc bị bỏ rơi khi phần lớn bạn bè đều lấy chồng. Nghiên cứu cho thấy phụ nữ độc thân không giải quyết hoặc không nhận thấy sự mâu thuẫn về tình trạng độc thân (Lewis & Moon, 1997). Những suy nghĩ như thế là do nhận thức về thuận lợi và bất lợi của tình trạng độc thân, và mâu thuẫn trong tư tưởng thiên về lý do sống độc thân.

Nam giới như trong ảnh bên phải dưới thường thích sống độc thân thật lâu ở đầu tuổi trưởng thành vì nam thường kết hôn ở độ tuổi muộn hơn nữ (Cục thống kê Mỹ, 1998). Số nam giới vẫn chưa kết hôn trong suốt tuổi trưởng thành thường ít hơn nữ vì phần lớn nam giới tìm bạn đời dễ hơn khi họ chọn từ một dải độ tuổi phụ nữ chưa kết hôn rộng hơn. Vì nam giới cũng có khuynh hướng "lấy người thấp hơn mình" theo nghĩa địa vị xã hội, phụ nữ có trình độ học vấn cao thường nằm trong số người lớn chưa kết hôn nhiều hơn nam giới có cùng trình độ.





Sự khác nhau trong cách sống độc thân giữa các dân tộc phản ánh cả sự khác nhau trong độ tuổi kết hôn cũng như các yếu tố xã hội. Chẳng hạn, người Mỹ gốc Phi sống độc thân trong đầu tuổi trưởng thành gần gấp đôi người Mỹ gốc Âu, tuy nhiên, tỉ lệ thất nghiệp cao ở nam giới Mỹ gốc Phi ở đầu tuổi trưởng thành có ảnh hưởng rất lớn đến tỉ lệ kết hôn (Cherlin, 1992; Cục thống kê Mỹ, 1998). Tuy nhiên, vào lúc cả người Mỹ gốc Phi lẫn Mỹ gốc Âu ở độ tuổi 40, tỉ lệ kết hôn có thể so sánh được ở các nhóm (Cục thống kê Mỹ, 1998).

Nói chung, người sống độc thân nhận biết ưu khuyết điểm trong cách sống của mình. Họ thích tự do, linh động nhưng cũng cảm thấy cô độc, sự rắc rối trong hẹn hò, đời sống xã hội hạn chế trong một xã hội định hướng cho các cặp vợ chồng và cảm thấy ít yên tâm hơn (Chasteen, 1994). Thật thú vị, sống độc thân có sức khỏe kém và tuổi thọ không cao chỉ ảnh hưởng ở nam chứ không ảnh hưởng ở nữ (Whitbourne, 1996). Người lớn chưa hề kết hôn thường phát triển một mạng lưới bạn thân dày đặc. Cuối cùng, hầu hết những người sống độc thân phải hòa hợp với cách sống của mình, thậm chí trở thành bố mẹ.

CHUNG SỐNG NHƯ VỢ CHỒNG

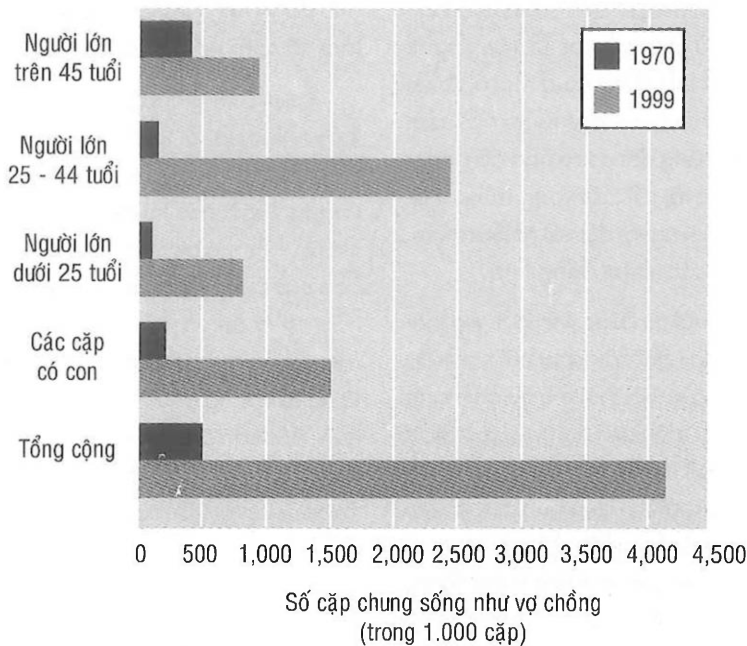
Không kết hôn không có nghĩa là sống một mình. *Nhiều người trong các mối quan hệ ràng buộc, thân mật, quan hệ tình dục có thể quyết định rằng sống chung với nhau hoặc* chung sống như vợ chồng *là cách để chia sẻ đời sống thường nhật.* Chung sống như vợ chồng ngày càng trở thành cách sống phổ biến ở Mỹ cũng như ở Canada, châu Âu, Úc và nơi khác. Như bạn nhìn thấy trong biểu đồ trang 435, chung sống như vợ chồng ở Mỹ tăng 8 lần trong 3 thập niên qua (Cục thống kê Mỹ, 1998). Lưu ý sự thay đổi ở những người chung sống như vợ chồng. Năm 1970, đa số các cặp chung sống như vợ chồng đều là người lớn trên 45 tuổi, vào cuối thập niên 1990, đa số là người lớn từ 25 – 44 tuổi. Sự thay đổi độ tuổi này liên quan với sự kết hợp độ tuổi đang tăng của hôn nhân lần thứ nhất và tỉ lệ ly hôn gia tăng từ năm 1970.

Mặc dù các cặp chung sống như vợ chồng vì nhiều lý do khác nhau, ở Mỹ nhiều người ở đầu tuổi trưởng thành thường xem việc chung sống như vợ chồng như là một bước hướng đến hôn nhân chứ không phải là biện pháp thay thế hôn nhân vĩnh viễn (Bumpass, Sweet, & Cherlin, 1991). Nhất là đối với phụ nữ, họ khao khát kết hôn với đối tác của mình nhiều hơn nam giới (Blumstein & Schwartz, 1983). Chung sống như vợ chồng có thể chấp nhận đối với những người ở đầu tuổi trưởng thành trong một mối quan hệ gắn bó, tình cảm, một vợ một chồng. Nam giới cởi mở hơn trong chung sống như vợ chồng và không cảm thấy phải có nhu cầu ràng buộc cảm xúc trước khi sống chung. Phụ nữ thường nghĩ đến sự ràng buộc sâu sắc hơn và cảm thấy mình bị lợi dụng nếu như không có sự ràng buộc (Macklin,1988).

Một số nghiên cứu châu Âu, tình hình hoàn toàn khác, chung sống như vợ chồng là một biện pháp thay thế hôn nhân phổ biến hơn nhiều. Chẳng hạn, chung sống như vợ chồng cực kỳ thịnh hành ở Hà Lan, Na Uy và Thụy Điển, nơi cách sống này là một phần trong nền văn hóa. Các cặp chung sống với nhau quan tâm lẫn nhau như các cặp đã kết hôn rồi và cho rằng mối quan hệ như thế dựa trên tình yêu và sự ràng buộc lẫn nhau (Kaslow, Hansson, &

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tại sao có sự khác biệt lớn như trong tỉ lệ chung sống như vợ chồng ở các nước?



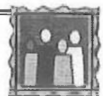
Lundblad, 1994). Quyết định kết hôn trong những nước này thường chỉ là hợp pháp hóa mối quan hệ sau khi sinh con, trái với người Mỹ, kết hôn để khẳng định tình yêu và ràng buộc lẫn nhau.

Thật thú vị, sau khi chung sống như vợ chồng không có vẻ làm cho các cuộc hôn nhân ở Mỹ và Canada có chiều hướng tốt hơn, thật ra, chung sống như vợ chồng có hại nhiều hơn là lợi, dẫn đến các cuộc hôn nhân kém hạnh phúc hơn với nguy cơ ly hôn cao hơn (Booth & Johnson, 1988; Hall & Zhao, 1995). Tại sao lại như thế? Một phần của câu trả lời có thể là các cặp chung sống như vợ chồng thường ít theo qui ước hơn, ít ngoan đạo hơn và xuất thân từ các nền tảng kinh tế xã hội thấp hơn, đặt họ vào nguy cơ ly hôn cao hơn (DeMaris & Rao, 1992). Một phần của lý do cũng có thể là việc kết hôn sau khi đã sống chung với người khác cho thấy ít nhiều có sự thay đổi trong mối quan hệ hơn khi cặp vợ chồng lấy nhau nhưng chưa sống chung với nhau, những cặp như thế thường thiếu vắng hạnh phúc lúc mới cưới như ở các cặp chưa chung sống với nhau (Thomson & Colella, 1992).

Số liệu gần đây hơn cho thấy quan hệ tiêu cực giữa sự chung sống như vợ chồng và tính ổn định hôn nhân có phần nào suy yếu (McRae, 1997). Tại sao lại như thế? Phần lớn dữ liệu trước đây thu thập từ thời điểm khi sự chung sống như vợ chồng được xem là không theo qui ước. Khi sự chung sống như vợ chồng trở nên thịnh hành hơn và có lẽ là mẫu đa số, thì sự liên kết tiêu cực này chắc chắn phát triển dần dần yếu đi (McRae, 1997).

CÁC ĐÔI NAM ĐỒNG TÍNH VÀ NỮ ĐỒNG TÍNH

Mối quan hệ nam đồng tính hoặc nữ đồng tính như thế nào? Một phụ nữ chia sẻ kinh nghiệm của mình trong phần Người thật việc thật.



NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: CÂU CHUYỆN CỦA MAGGIE O'CARROLL

Tôi là một phụ nữ 35 tuổi nghĩ rằng mỗi người ở đây đều có mục đích phải thực hiện trong quãng

đời của mình. "Hãy góp thêm ánh sáng của bạn vào chùm ánh sáng" là những lời an ủi trong nghề nghiệp dạy học của mình, đời tư của tôi có nhiều bạn bè và có gia đình, và nói chung họ vẫn còn sống. Tôi không nghĩ rằng đấng tạo hóa đã phạm sai lầm, mặc dù có lúc tôi rất thất vọng trước thái độ thù ghét thấy rõ ở mọi người đối với nhiều nhóm, nhiều nhất là đối với các nhóm đồng tính.

Đối với tôi, một người nữ đồng tính là trạng thái tự nhiên nhất. Tôi không nghĩ đây là sự bất hạnh do di truyền, một kết quả của một thời thơ ấu bất hạnh hoặc đau buồn, hoặc một khuynh hướng trái tự nhiên. Từ lúc tôi còn bé tôi đã có ý thức rất rõ và dứt khoát về nhận dạng giới tính của mình. Tuy nhiên, tôi hiểu rằng sự đồng tính đang hiện hữu ở mọi mức độ trong cuộc đời của riêng tôi và trong cộng đồng. Đây là điểm ý thức về bản thân của tôi và việc sống trong cộng đồng xung đột nhau.

Xã hội không xem trọng sự đa dạng. Chúng tôi, trong tư cách một người, không mong đợi ở những người có thái độ dửng dưng và biết ơn những người đã cho sức mạnh cần có để sống trong xã hội này. Là một nam đồng tính sống trong một xã hội e sợ người đồng tính, chỉ ủng hộ quan hệ tình dục khác phái, là một gánh nặng tự nó biểu thị trong nhiều hình thức chẳng hạn qua mức độ lạm dụng rượu và chất gây nghiện vốn cao hơn cộng đồng tình dục khác phái rất nhiều. Việc thành viên gia đình, đồng nghiệp và xã hội nói chung không thừa nhận người bạn đời của người nam đồng tính là dấu đóng cho sự không tồn tại và tính vô hình. Làm sao chúng tôi có thể xây dựng cuộc đời với người bạn đời rồi sau đó không chia sẻ với xã hội người bạn đời ấy?

Tôi tự xem mình là một người nam đồng tính may mắn ở chỗ tôi được gia đình ủng hộ. Trong số 5 con trong gia đình tôi, có 2 là nam đồng tính. Bố mẹ giúp đỡ và yêu mến những người bạn của chúng tôi. Anh chị em ruột của tôi cũng thay đổi thái độ. Một người chị mời tôi và bạn đời của tôi đi dự đám cưới của chị ấy. 9 năm sau, người chị kế của tôi lấy chồng không mời. Sự khó chịu của chị ấy về định hướng tình dục của tôi có nghĩa là tôi phải tham dự một sự kiện đặc biệt mà không có người bạn đời của mình bên cạnh. Tuy nhiên, người anh đồng tính của tôi lại được tham gia. Điều này làm tôi cảm thấy bị xúc phạm và khó tha thứ.

Trong cộng đồng lớn hơn, tôi ngạc nhiên khi thấy nhiều người tỏ thái độ vô cùng thù ghét mình. Người ta có những nhận xét giảm thấp giá trị nhắm vào tôi. Ngôi nhà tôi đang sống bị vẽ đầy hình ảnh tục tĩu. Nhưng có một điều tích cực hơn, tôi không bao giờ chắc chắn dứt khoát mình là ai. Tôi phải hàm ơn những người đã giúp đỡ mình trong nhiều năm bằng tình yêu và sự khai sáng, họ hiểu rằng tôi là ai không phải là một lỗi lầm. Khi tôi lớn tuổi hơn, đối với tôi điều chắc chắn là tôi phải chia sẻ thông điệp rằng sự khác nhau giữa chúng ta phải được đánh giá đúng và phải được tôn trọng.

Người ta vẫn chưa biết nhiều về quá trình phát triển các mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính như mối quan hệ tình dục khác giới, phần lớn vì hầu như họ không bao giờ trở thành tiêu điểm nghiên cứu. Ngày nay, hai khía cạnh quan trọng của mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính được khảo sát thường là so sánh với các cặp tình dục khác giới đã kết hôn: sự bày tỏ giới tính và quan hệ giữa cá nhân với nhau.

Bày tỏ giới tính là một khác biệt giữa các cặp tình dục khác giới và các cặp nam đồng tính hoặc nữ đồng tính. Trung bình, nam đồng tính có quan hệ tình dục với nhau trong mối quan hệ sớm hơn các loại đôi bạn khác, nhưng thường giảm nhanh khi tiếp tục mối quan hệ (Blumstein & Schwartz, 1983). Trái lại, các cặp nữ đồng tính giống như trong ảnh trang 437 có nhiều khả năng quan hệ mãnh liệt, thân mật, "một vợ một chồng" nhiều hơn nam đồng tính và họ thường có quan hệ tình dục ít thường xuyên hơn bất kỳ nhóm nào khác (Blumstein & Schwartz, 1983). Các cặp nữ đồng tính có nhiều khả năng sống chung với nhau hơn là nam đồng tính.

Các mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính đều giống với hôn nhân theo



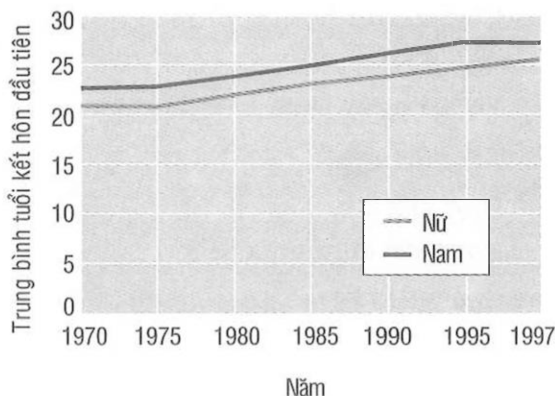
nhiều cách, vấn đề tài chính và quyết định tài chính, làm chuyện vặt trong nhà, và quyết định ai là người có quyền ra quyết định nhất là các vấn đề đối với các cặp vợ chồng. Ngoài ra, bố mẹ nam đồng tính và nữ đồng tính về cơ bản không khác với bố mẹ tình dục khác giới theo nghĩa phong cách (Harris & Turner, 1986). Như tất cả các cặp vợ chồng, phải ra quyết định về kiểu mối quan hệ, cho dù có xác định rõ vai trò của người nuôi dưỡng và cung cấp hay không, và liệu mối quan hệ có cởi mở về tình dục hay không (Blumstein & Schwartz, 1983). Các cặp nam đồng tính và nữ đồng tính bình đẳng hơn các cặp tình dục khác phái, các cặp nữ đồng tính bình đẳng nhất trong số tất cả các cặp (Peplau, 1991). Nói chung, dường như có một vài khác biệt và nhiều điểm giống nhau giữa các cặp tình dục khác phái, nam đồng tính và nữ đồng tính.

HÔN NHÂN

Hầu hết người lớn đều muốn mối quan hệ yêu đương của mình được kết thúc bằng hôn nhân. Tuy nhiên, cư dân Mỹ không vội vã đi đến mục tiêu này, độ tuổi trung bình kết hôn lần thứ nhất ở người lớn ở Mỹ tăng trong một số thập niên. Như bạn thấy trong biểu đồ (bên dưới) từ năm 1970 đến 1997, độ tuổi trung bình đối với nam tăng khoảng 4 tuổi, từ khoảng 23 lên 27, và độ tuổi đối với nữ tăng gần 5 tuổi, từ khoảng 20 lên 25 (Cục thống kê Mỹ, 1997). Xu hướng này không xấu, phụ nữ dưới 20 tuổi vào lúc kết hôn lần thứ nhất có khả năng ly hôn gấp 3 lần phụ nữ kết hôn lần thứ nhất ở tuổi 20, và gấp 6 lần phụ nữ kết hôn lần thứ nhất ở tuổi 30 (Cục thống kê Mỹ, 1997). Chúng ta hãy tìm hiểu yếu tố độ tuổi và các yếu tố khác duy trì được hôn nhân qua thời gian.

➡ *Yếu tố nào giúp đỡ hôn nhân thành công?*

Một lý do là độ tuổi rất quan trọng liên quan đến mức độ phát triển tâm lý xã hội của cặp vợ chồng. Erikson (1982) nêu rõ thân mật công việc của đầu tuổi trưởng thành, rất khó đạt được trừ phi người ta phát triển ý thức nhận dạng, công việc của trẻ vị thành niên (xem Chương 8). Vì nhiều trẻ vị thành niên vẫn đang cố gắng xác định mình là ai, các cặp vợ chồng vị thành niên mới cưới ban đầu nhận thấy mình thích hợp nhưng sau đó khi họ trưởng thành thì bất đồng nhiều hơn. Yếu tố phức tạp khác như mang thai và thất nghiệp cũng làm cho các cuộc hôn nhân vị thành niên bị thất bại bị đổ vỡ.





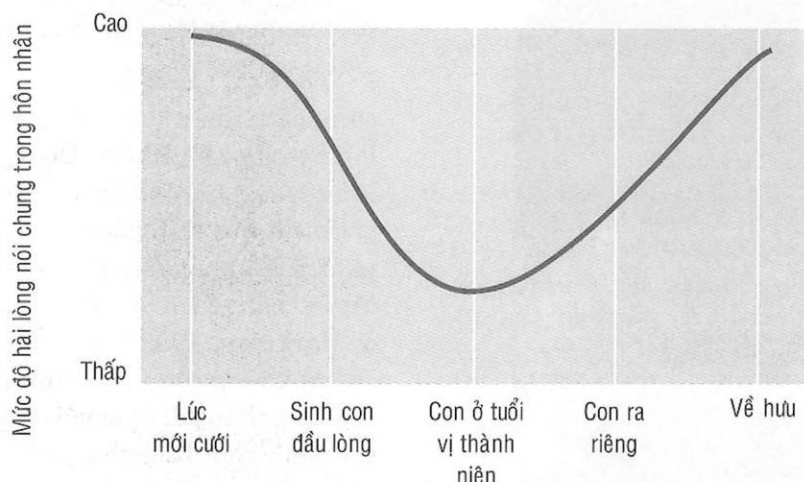
Một yếu tố dự đoán hôn nhân thành công quan trọng thứ hai là sự đồng giao *hoặc sự giống nhau về giá trị và quan tâm.* Ở mức độ mà bố mẹ như trong ảnh có cùng giá trị, mục tiêu, thái độ, địa vị kinh tế, xã hội và nền tảng dân tộc thì mối quan hệ của họ có nhiều khả năng thành công hơn (Diamond, 1986). Sự đồng giao là một yếu tố quan trọng trong sự đa dạng của nhiều nền văn hóa và xã hội cũng như sự đa dạng của dân ngoại ô sống ở Michigan và người châu Phi ở Chad (Diamond, 1986).

Yếu tố thứ ba trong dự đoán sự thành công trong hôn nhân là cảm giác rằng mối quan hệ mang tính bình đẳng. *Theo* thuyết Trao đổi, *hôn nhân dựa trên việc mỗi đối tác đóng góp một điều gì đó vào mối quan hệ mà đối tác kia đang gặp khó khăn không cung cấp được.* Hôn nhân vừa ý và hạnh phúc khi cả hai nhận thấy có sự trao đổi công bằng trong tất cả các khía cạnh của mối quan hệ. Vấn đề phải có được sự bình đẳng như thế có thể phát sinh vì yêu cầu ganh đua trong công việc và gia đình, một vấn đề chúng ta sẽ thảo luận tiếp trong Chương 11.

Các cặp vợ chồng đưa ra lý do riêng nào khi sống cùng nhau? Liệt kê dưới đây bao gồm 10 lý do hàng đầu (theo thứ tự tần số) của nam và nữ đã kết hôn ít nhất 15 năm (Lauer & Lauer, 1985).

Liệt kê nổi bật về mức độ giống nhau cao trong lý do và phần loại của họ. Nhưng có sự giống nhau trong lý do chung sống cùng nhau chắc chắn chuyển thành hôn nhân hạnh phúc hay không?

Nam	**Nữ**
Vợ tôi là người bạn thân nhất.	Chồng tôi là người bạn thân nhất.
Tôi mến vợ tôi.	Tôi mến chồng tôi.
Hôn nhân là ràng buộc dài hạn.	Hôn nhân là ràng buộc dài hạn.
Hôn nhân là hy sinh.	Hôn nhân là hy sinh.
Chúng tôi nhất trí về mục tiêu và mục đích.	Chúng tôi nhất trí về mục tiêu và mục đích.
Vợ tôi ngày càng hấp dẫn hơn.	Chồng tôi ngày càng hấp dẫn hơn.
Tôi muốn mối quan hệ thành công.	Tôi muốn mối quan hệ thành công.
Hôn nhân kéo dài là điều quan trọng để ổn định xã hội.	Chúng tôi cùng nhau vui đùa.
Chúng tôi cùng nhau vui đùa.	Chúng tôi nhất trí về triết lý cuộc sống.
Tôi hãnh diện về thành tích của vợ mình.	Chúng tôi nhất trí về cách và mức độ thể hiện tình cảm.



Các cặp vợ chồng đã kết hôn có hạnh phúc không?

Một vài cặp trông có vẻ hạnh phúc hơn các cặp khác vào ngày cưới. Các cặp vợ chồng mới cưới như Kevin và Beth, trong phần minh họa như đang ở chín tầng mây. Mặc dù, như bạn đoán được, suy nghĩ của các cặp vợ chồng thay đổi qua thời gian. Như mối quan hệ bất kỳ nào khác, hôn nhân có những lúc thăng trầm. Như trong biểu đồ, sự hài lòng nói chung trong hôn nhân thường cao nhất lúc mới cưới cho đến khi con bắt đầu ra riêng giảm sút và tăng trở lại khi về già (Berry & Williams, 1987).

Những năm đầu tiên

Vào những ngày đầu tiên hôn nhân mặn nồng nhất. Khi chồng và vợ cùng chung nhau làm các công việc chung và thẳng thắn bày tỏ cảm giác mới với nhau, kết quả rất hạnh phúc (Olson & McCubbin, 1983). Khi hôn nhân gặp rắc rối, thì mức độ mặn nồng của giai đoạn đầu tạo ra sự bất hạnh đáng kể (Swenson, Eskew, & Kohlhepp, 1981).

Lúc mới cưới, cặp vợ chồng học cách điều chỉnh để thích nghi với nhận thức và kỳ vọng khác nhau của người này đối với người kia. Nhiều người vợ thường lo ngại hơn khi thấy chồng mình vẫn chơi thân với các bạn bè khác. Phụ nữ cũng có nhiều khả năng nhận dạng vấn đề trong hôn nhân hơn và muốn đề cập những vấn đề này (Peplau & Gordon, 1985). Cặp vợ chồng cũng phải học cách giải quyết sự đối đầu. Thật ra, việc học hỏi các chiến lược hiệu quả để giải quyết mâu thuẫn là một thành phần cần thiết để duy trì hôn nhân, khi những chiến lược này giúp cho các cặp vợ chồng cách giải quyết vấn đề chín chắn hơn.

Các cặp vợ chồng trình độ kém hơn thường cảm thấy bất mãn với cuộc hôn nhân của mình nhiều hơn cũng như các cặp vợ chồng có điều kiện tài chính eo hẹp (Kurdek, 1991a). Điều này diễn ra vì các cặp vợ chồng trình độ kém hơn gặp nhiều tác nhân gây căng thẳng khác (như tỉ lệ thất nghiệp cao, tài chánh bấp bênh) và sự thất bại trong kiếm tiền phản ánh sự mất đi lòng tin đối với bạn đời.

Khi cặp vợ chồng dàn xếp công việc thường ngày xong, thì sự hài lòng trong hôn nhân thường sút giảm (Glenn & McLanahan, 1981, 1982). Nghiên cứu cho thấy lý do chính của sự giảm sút này đối với hầu hết các cặp vợ chồng là khi sinh con (Carstensen và người khác, 1996). Thật ra, đối với hầu hết các cặp vợ chồng



như cặp vợ chồng trong ảnh, việc có con có nghĩa là có nhiều áp lực phải tham gia hành vi vai trò giới tính truyền thống dành cho bố và mẹ (Carstensen và người khác, 1996). Làm bố mẹ cũng có nghĩa là về cơ bản thời gian dành cho hôn nhân ít hơn. Chăm sóc con cái là công việc nặng nhọc đòi hỏi phải có nhiều nghị lực trong việc duy trì hôn nhân (Glenn & Weaver, 1978). Hầu hết các cặp vợ chồng đều rất thích khi có con đầu lòng, một sản phẩm hữu hình của tình yêu của họ đối với nhau. Nhưng ít lâu sau thực tế của việc chăm sóc con lại khác, 2 giờ phải thức cho con bú, thay tã, v.v... chưa nói đến trách nhiệm phải chu cấp tiền bạc dài dài cho đến khi con trở thành người lớn.

Tuy nhiên, việc sử dụng con đầu lòng làm lời giải thích của sự giảm sút sự hài lòng trong hôn nhân thật quá đơn giản (Clements & Markman, 1996).

Thật ra, các cặp vợ chồng không con cũng cảm nhận được sự giảm sút sự hài lòng trong hôn nhân. Dường như sự hài lòng trong hôn nhân nói chung thường giảm sút qua thời gian là một hiện tượng phát triển phổ biến, thậm chí đối với các cặp vợ chồng chọn cách không con (Clements & Markman, 1996). Ngoài ra, các cặp vợ chồng không con vì vô sinh phải đối mặt với căng thẳng đi kèm với sự bất lực không thể sinh con, làm cho sự hài lòng trong hôn nhân của họ giảm sút (Matthews & Matthews, 1986).

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Các loại can thiệp nhằm giúp các cặp vợ chồng đã kết hôn hạnh phúc hơn là gì?

Hôn nhân ở tuổi trung niên

Ở tuổi trung niên, sự hài lòng trong hôn nhân xuống mức thấp nhất, nhưng có sự bất đồng trong nhận xét về mối quan hệ của vợ và chồng (Turner, 1982). Người chồng trong tất cả giai đoạn hôn nhân thường mô tả hôn nhân theo nghĩa tích cực trong khi người vợ ở tuổi trung niên thường có ý phê phán nhiều hơn. Chẳng hạn, một nghiên cứu nhận thấy 80% người chồng nhưng chỉ có 40% người vợ đánh giá cuộc hôn nhân của mình lúc tuổi trung niên là thuận lợi (Lowenthal, Thurnher, & Chiriboga, 1975). Sự phàn nàn chủ yếu của người vợ về chồng mình là họ quá đeo bám và lệ thuộc, thật thú vị, các cặp vợ chồng mới cưới cũng bất đồng trong khía cạnh này nhưng vào thời điểm ấy người chồng mô tả vợ mình là quá lệ thuộc.

Đối với hầu hết các cặp vợ chồng như cặp vợ chồng trong ảnh trang 441 (phía trên bên trái), sự hài lòng trong hôn nhân cải thiện sau khi con cái bắt đầu ra riêng (Rhyne, 1981). Sự thay đổi về phía trên đặc biệt thấy rõ ở người vợ, và phát xuất từ sự yên tâm về tài chánh nhiều hơn sau khi con cái ra riêng, giảm bớt trách nhiệm làm bố mẹ hằng ngày và người vợ có thêm thời gian ở bên chồng.



Tuy nhiên, đối với một số cặp vợ chồng ở tuổi trung niên, sự hài lòng trong hôn nhân tiếp tục giảm. Không hài lòng nhưng vẫn tiếp tục chung sống với nhau (tình yêu trống rỗng trong thuyết của Sternberg). Về cơ bản, họ ly hôn về mặt cảm xúc, vì những cặp vợ chồng này dành nhiều thời gian bên nhau hơn không phải là sự thay đổi đáng hoan nghênh (Fitzpatrick, 1984). Vì vẻ ngoài hình thể của bạn đời là yếu tố góp phần cho sự hài lòng trong hôn nhân nhất là đối với nam, thay đổi diện mạo liên quan đến độ tuổi góp thêm phần làm cho mối quan hệ xấu đi (Margolin & White, 1987).

Các cặp vợ chồng lớn tuổi hơn

Sự hài lòng trong hôn nhân khá cao ở các cặp vợ chồng lớn tuổi hơn (Miller, Hemesath, & Nelson, 1997). Tuy nhiên, sự hài lòng trong hôn nhân dài hạn – nghĩa là hôn nhân ở độ tuổi 40 trở lên – là một vấn đề phức tạp. Một nghiên cứu nhận thấy 80% số cặp vợ chồng kết hôn ít nhất 50 năm hồi tưởng lại cuộc hôn nhân của mình từ lúc mới cưới cho đến hiện nay rất hạnh phúc (Sporakowski & Axelson, 1984). Tuy nhiên, nói chung, sự hài lòng trong hôn nhân ở các cặp vợ chồng lớn tuổi hơn gia tăng một thời gian ngắn sau khi nghỉ hưu nhưng sau đó giảm cùng với sức khỏe và tuổi đời ngày một lớn (Miller và người khác, 1997). Mức độ hài lòng trong những cuộc hôn nhân này có vẻ không liên quan với lượng hoạt động tình dục hoặc quan tâm tình dục trước đây và hiện nay, nhưng có quan hệ tích cực với mức độ tương tác với bạn bè (Bullock & Dunn, 1988). Thật đáng ngạc nhiên, chỉ khoảng 25% trong số những công việc này gọi người bạn đời của mình là một trong số những người bạn thân nhất (Sporakowski & Axelson, 1984). Thật ra, nhiều cặp vợ chồng lớn tuổi hơn đơn thuần phát triển kiểu thoả mãn, khách quan (Norton & Moorman, 1987).

Giữ cho hôn nhân hạnh phúc

Mặc dù không có hai cuộc hôn nhân nào giống hệt nhau, các cặp vợ chồng phải linh động và thích nghi. Cặp vợ chồng như cặp vợ chồng trong ảnh bên dưới lấy nhau rất hạnh phúc trong nhiều năm chứng tỏ tài làm bánh và thích nghi với hoàn cảnh đang thay đổi trong mối quan hệ. Chẳng hạn, một vấn đề nghiêm trọng của vợ hay chồng không làm phương hại đến mối quan hệ, thậm chí còn làm cho mối quan hệ nồng ấm hơn. Tương tự, kỳ vọng của cặp vợ chồng về hôn nhân thay đổi qua thời gian, dần dần trở nên phù hợp hơn (Weishaus & Field, 1988). Trái lại, bệnh tật cơ thể của vợ hay chồng hầu như không ảnh hưởng tiêu cực đến



tính chất hôn nhân, thậm chí sau các yếu tố khác như căng thẳng trong công việc, trình độ và thu nhập (Wickrama và người khác, 1997).

Các cặp vợ chồng truyền đạt suy nghĩ, hành động và cảm xúc cho nhau hiệu quả đến mức nào phần lớn xác định mức độ xung đột mà các cặp vợ chồng trải qua, và nói chung họ có khả năng hạnh phúc về lâu về dài hay không (Notarius, 1996). Yêu cầu từ công việc và gia đình càng tăng gây nhiều áp lực khổng lồ đối với hôn nhân (Rogers & Amato, 1997). Phải cần nhiều tình yêu, khôi hài và kiên trì mới giữ được hạnh phúc hôn nhân lâu dài. Muốn thế, các cặp vợ chồng phải thực hiện 7 vấn đề quan trọng (Donatelle & Davis, 1997; Enright, Gassin, & Wu, 1992; Knapp & Taylor, 1994):

- Dành thời gian cho mối quan hệ.
- Thể hiện tình yêu của mình với người bạn đời.
- Phải có mặt lúc cần.
- Truyền đạt mang tính xây dựng và tích cực về các rắc rối trong mối quan hệ.
- Quan tâm đến cuộc sống của bạn đời.
- Tâm sự với bạn đời
- Tha thứ những lỗi lầm không quan trọng và cố tìm hiểu những lỗi lầm lớn.

TỰ KIỂM TRA

1. Khó khăn đối với nhiều người sống độc thân là người khác có thể nghĩ họ ______.
2. Những người ở đầu tuổi trưởng thành xem sự chung sống như vợ chồng là một hôn nhân ______.
3. Mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính giống như ______.
4. Theo ______, hôn nhân dựa trên việc mỗi bên góp phần một điều gì đó trong mối quan hệ mà bên kia khó thể cung cấp được.
5. Đối với hầu hết các cặp vợ chồng, sự hài lòng trong hôn nhân ______ sau khi sinh con đầu lòng.
6. Tác động văn hóa xã hội nào ảnh hưởng đến quyết định kết hôn hơn là chung sống như vợ chồng vô hạn định?

Trả lời: (1) kết hôn, (2) bước hướng dẫn, (3) hôn nhân, (4) thuyết Trao đổi, (5) giảm sút.

CHU KỲ ĐỜI SỐNG GIA ĐÌNH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các giai đoạn đời sống gia đình là gì?**
- **Tại sao người ta có con?**
- **Bố mẹ phải như thế nào? Có sự khác nhau trong các loại bố mẹ khác nhau?**

Chu kỳ đời sống gia đình

Các giai đoạn trong chu kỳ đời sống gia đình

Quyết định có con hay không

Vai trò của bố mẹ

BOB, 32 tuổi, và Denise, 33 tuổi, sinh đứa con đầu lòng, Matthew. Sau nhiều năm cố gắng, họ nghe đồn rằng có con ở tuổi 30 sẽ có lợi hơn nhưng Bob và Denise tự hỏi liệu mình có được như thế không. Họ cũng lo lắng về trách nhiệm tài chánh mà họ chắc chắn phải đối mặt.

"Khi nào bạn sẽ lập gia đình?" là câu hỏi mà các cặp vợ chồng như Bob và Dénise thường gặp. Hầu hết các cặp vợ chồng đều muốn có con vì họ cho rằng con sẽ mang đến niềm vui, vốn là điều họ thường nghĩ đến. Nhưng một khi đã sinh con, người lớn cảm thấy không thích hợp, vì họ chưa có kinh nghiệm. Những người ở đầu tuổi trưởng thành có thể ngạc nhiên khi thực tế phải chịu hoàn toàn trách nhiệm về người khác. Bố mẹ tuổi trung niên có kinh nghiệm thường hài lòng về bản thân.

Có thể cũng đáng ngại, việc sinh một đứa con đã biến một cặp vợ chồng (hoặc một mẹ), thành một gia đình. *Mặc dù hình thức gia đình phổ biến ở xã hội phương Tây là* gia đình hạt nhân, *chỉ bao gồm bố mẹ và con, song hình thức phổ biến nhất khắp thế giới là* gia đình mở rộng, *trong đó ông bà và những người thân khác sống chung với bố mẹ và con cháu.* Vì chúng ta đề cập gia đình từ quan điểm của trẻ con trong các chương trước, ở đây chúng ta tập trung vào gia đình từ quan điểm của bố mẹ.

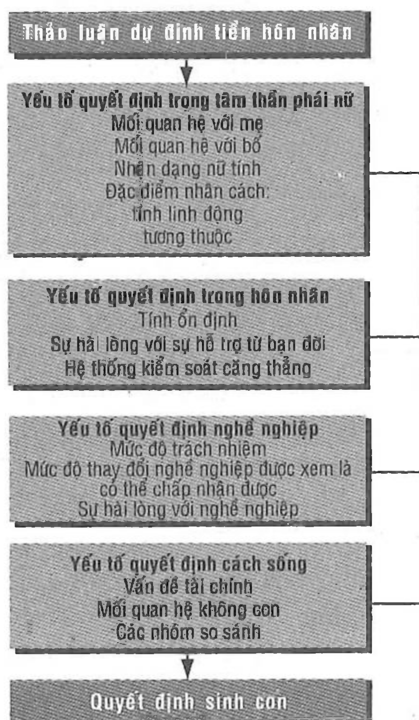
CHU KỲ ĐỜI SỐNG GIA ĐÌNH

Từ quan điểm phát triển, gia đình trải qua một loạt thay đổi tương đối có thể dự đoán, cấu thành chu kỳ đời sống gia đình. Minh họa chu kỳ đời sống gia đình được thể hiện trong biểu đồ. Mô hình này mô tả tám giai đoạn theo chuỗi dựa trên độ tuổi của đứa trẻ lớn tuổi nhất và loại công việc mà gia đình đối mặt (Duvall, 1971). Như được mô tả trong Chương 1, thuyết này có quan hệ về mặt nhận thức với thuyết quãng đời và quá trình đời sống.

Các mô hình chu kỳ đời sống gia đình giúp chúng ta tìm hiểu những thay đổi mà gia đình trải qua khi con cái trưởng thành, nhưng cũng có nhiều hạn chế. Mô hình dựa trên hôn nhân lần đầu tiên, theo truyền thống có con, mối quan hệ không con được bỏ qua, cũng như ảnh hưởng của những yếu tố nghề nghiệp, bạn bè, gia đình và vợ chồng. Chỉ những vấn đề thuộc về việc nuôi đứa con lớn nhất được dùng để xác định giai đoạn hiện tại của gia đình, và những khác nhau về mặt dân tộc trong kiểu làm bố mẹ được bỏ qua (Vinovskis, 1988).



Durvall & Miller, 1985.



Bất chấp những hạn chế này, mô hình chu kỳ đời sống gia đình đưa ra cách sắp xếp thảo luận của chúng ta về kinh nghiệm làm bố mẹ của các cặp vợ chồng. Trong phần này, chúng ta tập trung vào sáu giai đoạn đầu, giai đoạn "trống ổ" được đề cập trong Chương 12, và giai đoạn sau cùng được đề cập trong Chương 14.

QUYẾT ĐỊNH CÓ CON HAY KHÔNG

Một trong những quyết định quan trọng nhất mà các cặp vợ chồng phải làm là quyết định có con hay không. Quyết định này phức tạp hơn mọi người thường nghĩ, vì một cặp vợ chồng phải cân nhắc nhiều lợi ích của việc nuôi con chẳng hạn như sự hài lòng cá nhân, thực hiện nhu cầu cá nhân, tiếp tục dòng dõi gia đình và bầu bạn, với nhiều trở ngại bao gồm chi phí và thay đổi cách sống. Điều gì ảnh hưởng đến quá trình quyết định? Các yếu tố tâm lý và hôn nhân luôn quan trọng, và các yếu tố nghề nghiệp và cách sống quan trọng khi bà mẹ tương lai phải làm việc xa nhà (Wilk, 1986). Như bạn có thể thấy trong sơ đồ bên dưới, bốn yếu tố này kết nối với nhau.

Chúng đưa ra nhiều vấn đề quan trọng để cân nhắc, chẳng hạn như mối quan hệ với bố mẹ của chính mình, tính ổn định hôn nhân, sự hài lòng nghề nghiệp và vấn đề tài chính. Tài chính là mối lo lớn nhất đối với hầu hết các cặp vợ chồng vì nuôi con cái rất tốn kém. Tốn kém đến mức nào? Vì những lý do được thảo luận chi tiết hơn trong phần đặc điểm Bạn có thể ngạc nhiên, một đứa trẻ sinh năm 1992 khi nuôi đến 18 tuổi tốn khoảng 225.000 USD. Nếu muốn cho học đại học phải thêm 130.000 USD. Các cặp vợ chồng lo là phải.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: CHI PHÍ NUÔI CON



Bạn vừa biết rằng mình sắp làm bố mẹ! Một khi sự hưng phấn và tiếng reo hò bắt đầu vơi đi thì bạn hiểu rằng mình phải để ra một số tiền nào đó để nuôi con. Trước đây bạn chưa hề có con bạn không biết bao nhiêu là đủ. "Tôi có thể đảm bảo với bạn rằng bất kỳ ai sinh con đầu lòng cũng đều ngạc nhiên", theo lời F. Stephen Wershing, Jr., một nhà hoạch định tài chính có uy tín và cũng là bố của đứa con trai một tuổi (Johnston, 1993). Bạn sẽ hỏi tại sao?

Hóa ra đối với trẻ con sinh năm 1992, các gia đình có thu nhập trung bình chi phí tổng cộng khoảng 224.800 USD cho mỗi đứa con khi học xong phổ thông. Gia đình có thu nhập thấp hơn chi tiêu 161.620 USD, và gia đình thu nhập cao hơn sẽ chi 314.550 USD. Đó là số tiền cho mỗi đứa, và giả định rằng gia đình có đủ cả bố mẹ. Trong gia đình chỉ có một bố hoặc một mẹ phải nhiều hơn 5%, trong gia đình này chi phí bình quân cho đầu người cao hơn, nhất là trong việc chăm sóc đứa trẻ. Thế còn đại học thì sao? Ước tính ít nhất phải chi thêm 139.000 USD nữa nếu bạn gửi con vào học trường cao đẳng hoặc đại học công lập trong bốn năm, nếu trường tư phải đóng 293.000 USD. Toàn bộ

chi phí nuôi con đối với gia đình có thu nhập trung bình trong năm 1992 suốt bốn năm học ở trường cao đẳng công lập là 363.800 USD.

Giả sử bạn không có bảo hiểm y tế để trang trải khi sinh con, hoặc bạn phải điều trị sinh sản, hoặc bạn đang xin con nuôi. Chi phí sinh con bình thường trung bình khoảng 5.000 USD, sinh con phải dùng phẫu thuật caesar khoảng 8.000 USD. Điều trị sinh sản thường tốn từ 10.000 đến 15.000 USD cho mỗi lần thử thụ thai kỹ thuật cao (như thụ tinh trong ống nghiệm), thường phải thử nhiều lần, bảo hiểm y tế chỉ thanh toán được một ít. Sinh con nuôi có giá từ 5.000 đến 11.000 USD nếu xin con nuôi trong nước và từ 8.000 đến 20.000 USD nếu xin con nuôi nước ngoài.

Lúc này bạn cảm thấy sốc, đây là những lời khuyên của chuyên gia về chi phí và chiến lược làm giảm bớt gánh nặng:

1. Hạn chế chi phí ở mức thấp nhất ngay sau khi biết mình sắp có con. Bạn cần để dành tiền và kiểm soát ngân sách chặt chẽ hơn. Nên nhớ bạn cần một căn hộ hoặc căn nhà to hơn, hãy hạn chế chi tiêu các tài nguyên sẵn có.
2. Điều cần thiết là phải kiểm soát ngân sách để biết chi xài ở đâu. Phải trả giá khi mua sắm. Dạy cho con biết những kỹ năng này.
3. Tận dụng kế hoạch tiết kiệm trong bảng phát lương ở nơi làm việc để bạn để dành số tiền lương trước thuế để chăm sóc con. Nếu bạn thuê người chăm sóc con mình tại nhà thì đừng quên giữ lại để đóng thuế An sinh xã hội.
4. Viết sẵn di chúc, yêu cầu bảo hiểm nhân thọ và bất lực chính đáng để có tiền nuôi con nếu bạn gặp chuyện chẳng lành.

Tóm lại, có con cực kỳ tốn kém. Nhưng biết trước chuyện gì sẽ đến để bạn lên kế hoạch cho phù hợp.

Vì nhiều lý do, chẳng hạn như chọn lựa cá nhân, tài chính bấp bênh và khả năng vô sinh, nên ngày càng có nhiều cặp vợ chồng chọn cách không con. Những cặp vợ chồng này có một số lợi thế so với những cặp vợ chồng chọn cách có con (Van Hoose & Worth, 1982): hôn nhân hạnh phúc hơn, tự do hơn và tiêu chuẩn sống cao hơn. Nhưng xã hội rộng lớn hơn không cho rằng việc không con là điều tích cực, với điều kiện rằng không con là do tự nguyện và không phải do vô sinh (Lampman & Dowling-Guyer, 1995). Các cặp vợ chồng không con cũng phải đối mặt với sự chỉ trích từ xã hội định hướng phải có con và có thể gánh chịu rủi ro khi sống đơn độc lúc tuổi già (Van Hoose & Worth, 1982).

VAI TRÒ CỦA BỐ MẸ

Ngày nay, các cặp vợ chồng có ít con hơn và sinh con đầu lòng muộn hơn thời trước. Thật ra, cho đến năm 1993, các cặp vợ chồng trong đó mẹ trên 30 mới có con đầu lòng, ngày càng tăng. Sự giảm sút chút ít từ đó đến nay chủ yếu là do số lượng các bà mẹ ở tuổi sinh con ít hơn tiếp theo sau thời kỳ bùng nổ trẻ sơ sinh. Việc sinh con đầu lòng muộn như cặp vợ chồng trong ảnh chụp có nhiều lợi ích quan trọng. Theo truyền thống, mối quan hệ với mẹ được xem là mang tính quyết định đối với sự phát triển bình thường của đứa trẻ (Field & Widmayer, 1982). Các bà mẹ lớn tuổi hơn như Denise trong phần minh họa khi làm bố mẹ cảm thấy dễ chịu hơn, có thời



gian bên con nhiều hơn, có tình cảm và nhạy cảm đối với con hơn (Ragozin và người khác, 1982).

Một mặt, xu hướng đối với phụ nữ trẻ, chưa kết hôn mà có con vẫn đang gia tăng. Như chúng ta chứng kiến trong Chương 8, các bà mẹ tuổi vị thành niên dễ có nguy cơ bị nhiều rối loạn và không có những lợi ích thường gặp ở các bà mẹ lớn tuổi hơn.

Độ tuổi của bố cũng tạo ra sự khác biệt trong cách tương tác với con. Hãy nhớ lại Bob, lần đầu tiên làm bố khi 32 tuổi trong phần minh họa. So với những người làm bố ở độ tuổi 20, thì những người như Bob làm bố ở độ tuổi 30 thường đầu tư nhiều hơn vào vai trò bố mẹ và có thời gian chăm sóc con trước độ tuổi đến trường gấp 3 lần so với các ông bố trẻ (Cooney và người khác, 1993). Tuy nhiên, đàn ông làm bố ở độ tuổi 30 cũng có nhiều khả năng cảm thấy mâu thuẫn trong tin tưởng và hối tiếc về thời gian đã mất khi dành cho nghề nghiệp của mình (Cooney và người khác, 1993).

Làm bố mẹ rất nhiều bổ ích nhưng cũng đảm nhận nhiều công việc. Chăm sóc con nhỏ là một yêu cầu khắt khe, tạo ra sự bất đồng trong phân công lao động, nhất là khi cả hai bố mẹ đều làm việc xa nhà (xem Chương 4 và 11). Các bà mẹ có vẻ phân chia đồng đều công việc chăm sóc con nhỏ và thời gian làm việc, có những bà mẹ không quan tâm chăm sóc và có những bà mẹ có thái độ trung lập đối với vấn đề này (Thompson & Walker, 1989). Các ông bố phần lớn cho rằng họ thích chăm sóc con nhưng ít tham gia chăm sóc con trực tiếp (LaRossa, 1988).

Là một bố mẹ tuổi trung niên có con tuổi vị thành niên và con đã trưởng thành có nhiều vấn đề đặc biệt. Như chúng ta chứng kiến trong Chương 12, tính chất của mối quan hệ bố mẹ – con cái thay đổi trong giai đoạn này, từ hệ thống thứ bậc rõ ràng sang bình đẳng hơn, khi cả con cái lẫn bố mẹ đều trưởng thành. Khi bạn có kinh nghiệm, cũng như đã biết trong Chương 8, trẻ vị thành niên là trong thời gian đặc biệt cố gắng đối với tất cả mọi người.

Nói chung, bố mẹ kiểm soát việc giải quyết nhiều thử thách trong nuôi con một cách khá hợp lý. Bố mẹ học cách thỏa hiệp khi cần thiết để áp dụng kỷ luật công bằng nhưng kiên quyết. Tùy theo lựa chọn, hầu hết bố mẹ đều không hối tiếc về quyết định có con.

Một bố hoặc một mẹ

Số lượng một bố hoặc một mẹ, hầu hết trong số này là phụ nữ, đang gia tăng nhanh chóng. Trong số các nguyên nhân là tỷ lệ ly hôn cao, quyết định sinh con ngoài giá thú, và mong muốn của nhiều người lớn sống độc thân muốn có con hoặc xin con nuôi. Việc làm một bố hoặc một mẹ gợi ra nhiều vấn đề quan trọng. Đứa trẻ bị ảnh hưởng ra sao khi chỉ có một người lớn duy nhất chịu trách nhiệm chăm sóc con? Một bố hoặc một mẹ đáp ứng nhu cầu thân mật và hỗ trợ cảm xúc của chính mình ra sao?

Nhiều trường hợp một bố hoặc một mẹ đã ly hôn để lại cảm giác thất vọng, thất bại, tội lỗi, mâu thuẫn trong tư tưởng đối với mối quan hệ bố mẹ – con cái (Van Hoose & Worth, 1982). Thất vọng thường là do không có sự bầu bạn và do sống cô độc, cũng như nhiều hoạt động xã hội thường dành cho các cặp vợ chồng. Cảm giác tội lỗi có thể dẫn đến những nỗ lực tạo ra đứa con nhưng thiếu bố hoặc thiếu mẹ. Bố mẹ có cảm giác vừa yêu vừa ghét đối với con, đôi khi đứa con được xem là rào cản cho sự phát triển các mối quan hệ mới. Những cảm giác này cũng phát sinh nếu đứa trẻ là điều gợi nhớ cuộc hôn nhân đổ vỡ trước đây.

Một bố hoặc một mẹ, bất kể giới tính, đối mặt với rất nhiều trở ngại. Về mặt tài chính, họ không khá hơn các cặp vợ chồng

đã kết hôn. Kết hợp vai trò của công việc và tư cách làm bố mẹ rất khó đối với hai vợ chồng, trong khi chỉ có một bố hoặc một mẹ thì khó khăn tăng gấp bội. Về mặt tài chính, các bà mẹ đơn độc thường túng quẫn. Về mặt cảm xúc, các ông bố đơn độc thường tệ hại nhất, theo một số nghiên cứu, giấc ngủ, ăn uống, chơi đùa, học tập, làm việc và quan hệ bạn đồng tuổi cũng bị ảnh hưởng nghiêm trọng, và thường trầm cảm hơn bất kỳ nhóm đàn ông khác (Pearlin & Johnson, 1977). Ngoài ra, vì hầu hết nam giới không được xã hội hóa trong việc nuôi con nên thiếu kỹ năng cơ bản cần thiết để chăm sóc con có thể làm cho những vấn đề này thêm phức tạp.

? **VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**

Những khó khăn trong việc làm một bố hoặc một mẹ liên quan đến sự phát triển của con nhỏ ra sao?

Một lo ngại cụ thể là hẹn hò (Phillis & Stein, 1983). Thật ra, bố mẹ đơn độc thường nêu ra 3 câu hỏi thường gặp về hẹn hò: "làm cách nào để mình làm quen thêm lần nữa?", "con mình phản ứng ra sao?", "mình giải quyết nhu cầu sinh lý ra sao?". Việc khởi đầu một mối quan hệ mới rất khó đối với nhiều bố mẹ đơn độc, nhất là số bố mẹ có con lớn tuổi. Họ có thể do dự khi bày tỏ cảm nghĩ của mình trước mặt con. Con cũng hỏi nhiều câu khó chịu về sự hẹn hò của bố mẹ hoặc bày tỏ thái độ bực bội đối với bố mẹ.

Các hình thức làm bố mẹ thay thế

Không phải bố mẹ nào cũng có con đẻ. Thật ra, chỉ khoảng 1/3 số cặp vợ chồng Bắc Mỹ như cặp vợ chồng trong ảnh chụp đều là bố mẹ ghẻ hoặc bố mẹ nuôi vào một thời điểm nào đó trong đời.



Để chắc chắn, vấn đề làm bố mẹ mà chúng ta đề cập cũng rất quan trọng trong những tình huống này như người ta nuôi con đẻ. Tuy nhiên, cũng phát sinh một số vấn đề đặc biệt.

Một vấn đề quan trọng đối với bố mẹ ghẻ, bố mẹ nuôi là mức độ gắn bó của đứa trẻ với họ. Mặc dù trẻ sơ sinh nhỏ hơn một tuổi có lẽ gắn bó mật thiết, trẻ đủ lớn để hình thành tình cảm quyến luyến với bố mẹ đẻ cũng có sự trung thành. Chẳng hạn, một số con ghẻ vẫn còn quyến luyến với bố mẹ không nuôi mình và tích cực phản đối nỗ lực kết hợp đứa trẻ với gia đình mới ("Mẹ đẻ của con không muốn con làm chuyện ấy"). Hoặc đứa trẻ biểu hiện các rối loạn hành vi chẳng hạn như uống rượu hoặc liên tục xâm phạm đời tư của bố mẹ ghẻ (Pasley & Ihinger-Tallman, 1987). Trẻ con trong các gia đình hỗn hợp thường không có sức khỏe tâm thần tốt như trẻ con trong các gia đình không có bố mẹ ly hôn (Cherlin & Furstenberg, 1994). Bố ghẻ thường xuyên đối mặt với việc thăm con liên tục của bố mẹ không nuôi con, làm cho khó khăn thêm trầm trọng. Những vấn đề này là một lý do quan trọng giải thích tại sao các cuộc hôn nhân lần thứ hai có nguy cơ đỗ vỡ cao hơn, như được đề cập trong đầu chương.

Nhiều bố ghẻ và con ghẻ cuối cùng vẫn phát triển mối quan hệ tốt với nhau. Bố ghẻ phải nhạy cảm đối với mối quan hệ giữa con ghẻ và bố mẹ đẻ, nhưng không nuôi trẻ. Giúp con ghẻ phát triển mối quan hệ với bố ghẻ cũng có tác dụng. Sau cùng phát triển kiểu làm bố mẹ ghẻ nào cũng đều chịu ảnh hưởng mong đợi của bố mẹ ghẻ, con ghẻ, chồng vợ và bố mẹ không ở chung (Erera-Weatherley, 1996).

Bố mẹ nuôi như bố mẹ nuôi trong ảnh chụp cũng cho rằng có tình cảm quyến luyến với bố mẹ đẻ, nhưng theo nhiều cách khác nhau. Muốn biết nguồn gốc của một người là điều có thể hiểu được, nhưng sự tìm kiếm như thế có thể kiềm chế mối quan hệ giữa số trẻ này và bố mẹ nuôi, có thể hiểu những hành động này như một hình thức phản đối (Rosenberg, 1992). Nói chung, nghiên cứu biểu thị rằng, so với đứa trẻ không phải là con nuôi, thì đứa trẻ con nuôi tự tin hơn, có thế giới quan tích cực hơn, có cảm giác kiểm soát cuộc sống của mình nhiều hơn, và xem bố mẹ nuôi nuôi dưỡng, quan tâm mình nhiều hơn (Marquis & Detweiler, 1985).

Bố mẹ nuôi thường có mối quan hệ tế nhị nhất với con mình vì mối quan hệ có thể gãy đổ vì một trong nhiều lý do bất kỳ không có liên quan với chất lượng chăm sóc được cung cấp. Chẳng hạn, tòa án có thể trao quyền nuôi con lại cho bố mẹ đẻ, hoặc cặp vợ chồng khác nhận làm con nuôi hợp pháp. Giải quyết tình cảm quyến luyến rất khó, bố mẹ nuôi muốn tạo ra một gia đình an toàn nhưng họ không có con để nối dõi. Ngoài ra, vì trong chăm sóc nuôi nói chung nhiều đứa trẻ không thể hình thành tình cảm quyến luyến nên ít có khả năng quyến luyến và chắc chắn gia đình sẽ đỗ vỡ. Vì thế, bố mẹ nuôi phải sẵn sàng chấp nhận sự mơ hồ đáng kể trong mối quan hệ và chỉ có một vài kỳ vọng về tương lai.



Sau cùng, nhiều nam đồng tính và nữ đồng tính cũng muốn làm bố mẹ. Một số có con đẻ trong khi số khác lại muốn trở thành bố mẹ nuôi. Mặc dù nam đồng tính và nữ đồng tính cũng là những bậc phụ huynh tốt nhưng thường bị người khác phản đối ý định có con của họ cũng như rào cản tôn giáo và pháp lý. Chẳng hạn, một số cho rằng nam đồng tính và nữ đồng tính làm bố mẹ là điều trái tự nhiên và mang tính chất lầm lạc (Marciano, 1985). Theo lập luận này, nam đồng tính và nữ đồng tính không phải là bố mẹ thích hợp và sẽ nuôi con sau này cũng giống họ. Bất chấp những khẳng định này và khẳng định liên quan, vẫn chưa có chứng cứ khoa học đáng tin nào là cơ sở. Trái lại, chứng cứ hiện có cho rằng số trẻ con được bố mẹ là nam đồng tính hoặc nữ đồng tính nuôi dưỡng không phát triển các rối loạn nhận dạng giới tính hoặc một rối loạn bất kỳ khác nhiều hơn số trẻ do bố mẹ tình dục khác giới nuôi dưỡng (Bozett. 1988; Parrot & Ellis, 1985). Chẳng hạn, chứng cứ nghiên cứu cho thấy khoảng 90% con trai (từ 17 trở lên) có bố là nam đồng tính đều là tình dục khác giới (Bailey và người khác, 1995).

Chứng cứ khác cho thấy đứa trẻ được nam đồng tính nuôi dưỡng thậm chí có một số thuận lợi hơn trẻ được bố tình dục khác giới nuôi dưỡng. Nam đồng tính thường đặc biệt quan tâm đến việc trở thành các ông bố tốt, quan tâm và họ cố gắng nuôi con với thái độ không phân biệt

đối xử giới tính, bình đẳng (Bozett, 1988). Trẻ con của các cặp vợ chồng nữ đồng tính và các cặp vợ chồng tình dục khác giới được điều chỉnh hành vi ngang bằng nhau, thể hiện sự phát triển nhận thức tương đương nhau, và có hành vi trong trường học như nhau. Quả thật, một nghiên cứu nhận thấy sự khác nhau duy nhất giữa những cặp vợ chồng như thế là các cặp vợ chồng nữ đồng tính thể hiện nhận thức về kỹ năng làm bố mẹ nhiều hơn các cặp vợ chồng tình dục khác giới (Flaks và người khác, 1995).

Những dữ liệu này không làm cho tranh luận đi quá xa khi phần nhiều dựa trên thành kiến và suy nghĩ có từ lâu đời. Phải thừa nhận rằng dữ liệu so sánh trẻ con được các loại bố mẹ khác nhau nuôi dưỡng là không thích hợp, chẳng hạn, có rất ít thông tin về trẻ được nữ đồng tính nuôi dưỡng. Chỉ khi nào thái độ xã hội đối với nam đồng tính và nữ đồng tính có vẻ chấp nhận hơn thì mới có sự chấp nhận nhiều hơn về quyền làm bố mẹ của nam đồng tính và nữ đồng tính giống như bất kỳ người khác.

TỰ KIỂM TRA

1. Một loạt những thay đổi có thể dự đoán tương đối mà gia đình trải qua được gọi là ______.
2. Ảnh hưởng quan trọng đối với quyết định có con là yếu tố hôn nhân, yếu tố nghề nghiệp, yếu tố cách sống và ______.
3. Một ông bố mới đầu tư vào vai trò làm bố mẹ của mình, nhưng cũng cảm thấy mâu thuẫn trong tư tưởng về thời gian đã mất trong nghề nghiệp của mình có lẽ ở độ tuổi trên ______.
4. Một vấn đề quan trọng đối với bố mẹ nuôi và bố mẹ ghẻ là ______.
5. Bạn nghĩ có sự khác biệt gì khi xem con như một tài sản tài chánh (chẳng hạn, một nguồn thu nhập) trái với gánh nặng tài chánh (chẳng hạn, chỉ là chi phí)? Trong số này bạn nghĩ đặc điểm nào thường có ở hầu hết các xã hội phương Tây? Bạn có thể đưa ra một minh họa về loại khác hay không?

Trả lời: (1) chu kỳ đời sống gia đình, (2) yếu tố tâm lý, (3) 30, (4) đứa trẻ gắn bó với họ ở mức nào.

LY HÔN VÀ TÁI HÔN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Ai ly hôn? Ly hôn ảnh hưởng đến mối quan hệ bố mẹ với con cái ra sao?**
- **Tái hôn là gì? Tái hôn giống và khác với các cuộc hôn nhân lần thứ nhất ra sao?**

Ly hôn và tái hôn

Ly hôn

Tái hôn

FRANK VÀ MARILYN, cả hai đều gần 50, mặc dù cuộc hôn nhân của họ không kéo dài mãi. Họ không hạnh phúc, họ vừa ly hôn. Mặc dù hai con của họ đã lập gia đình, con gái út đang học đại học. Áp lực tài chánh mà Marilyn cảm thấy lúc này đang bắt đầu tàn phá. Cô tự hỏi liệu tình hình tài chánh của mình có giống như tình hình tài chánh của các phụ nữ mới ly hôn hay không.

Bất chấp những lời Frank và Marilyn thề thốt trong ngày cưới, cuộc hôn nhân của họ không kéo dài cho đến khi sự tan vỡ tách lìa hai người, họ làm cho hôn nhân của mình bị đổ vỡ bằng cách ly hôn. Nhưng cho dù ly hôn gây nhiều căng thẳng và khó khăn, nhưng mỗi năm có đến hàng ngàn người chọn ly hôn. Hầu hết đều bước vào cuộc hôn nhân thứ hai (hoặc thứ ba hoặc thứ tư) với hy vọng sẽ tìm được hạnh phúc mới. Những giấc mơ mới này có trở thành hiện thực hay không? Như chúng ta sẽ thấy, còn tùy vào nhiều vấn đề, trong số này quan trọng nhất là có con cái tham gia hay không.

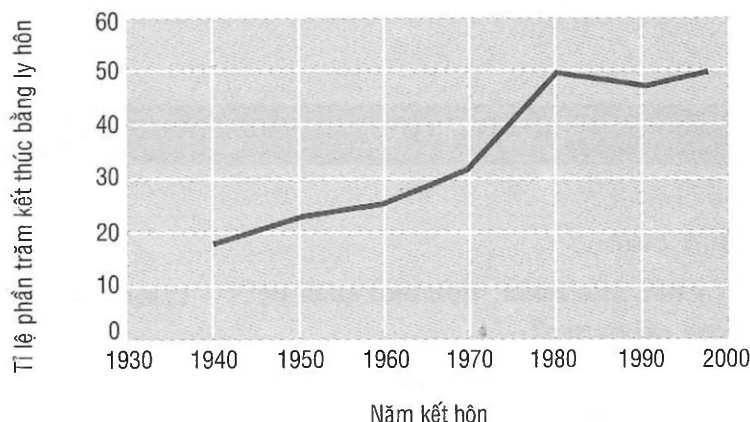
LY HÔN

Hầu hết cặp vợ chồng bước vào hôn nhân với suy nghĩ cho rằng mối quan hệ của mình sẽ kéo dài suốt đời. Thật không may, ngày càng có ít cặp vợ chồng sống chung đến suốt đời. Số cặp vợ chồng ly hôn ngày một tăng.

Ai ly hôn, lý do tại sao?

So với các nước khác, ly hôn ở Mỹ là chuyện thường gặp, như trong biểu đồ, các cặp vợ chồng có cơ hội 50 – 50 vẫn ở với nhau cho đến suốt đời (Fisher, 1987). Trái lại, tỉ lệ ly hôn ở Canada, Anh, Úc,và Thụy Điển là 1/3, ở Nhật Bản, Ý, Israel và Tây Ban Nha là 1/10 (Cục thống kê Mỹ, 1991). Tuy nhiên, tỉ lệ ly hôn hầu như trong mỗi nước đều tăng đáng kể trong một vài thập niên qua (Lester, 1996). Số liệu thống kê khắp thế giới và từ các giai đoạn lịch sử khác nhau cũng cho thấy hôn nhân đổ vỡ trung bình sau khi kết hôn 3 hoặc 4 năm (Fisher, 1987).

Một yếu tố luôn liên quan với tỉ lệ ly hôn ở Mỹ là dân tộc. Người Mỹ gốc Phi có nhiều khả năng ly hôn và ly thân hơn người Mỹ gốc Âu (Cục thống kê Mỹ, 1998). Các nhóm Tây Ban Nha cũng cho thấy có sự thay đổi đáng kể, người Mỹ gốc Mexico và người Mỹ gốc Cuba có tỉ lệ ly hôn giống với người Mỹ gốc Âu trong khi tỉ lệ ở người Puerto Rico cao hơn nhiều (Bean & Tienda, 1987). Các cuộc hôn nhân hỗn hợp dân tộc có nguy cơ ly hôn cao hơn các cuộc hôn nhân đồng nhất dân tộc (Jones, 1996).



Một yếu tố quan trọng khác là sự thay đổi trong luật pháp và chuẩn mực xã hội, được phản ánh qua lý do người ta đưa ra khi ly hôn. Năm 1948, phụ nữ ly hôn vì lý do chồng độc ác, uống rượu quá độ, và không giúp đỡ gia đình (Goode, 1956). Với sự xuất hiện của ly hôn không có lỗi và kỳ vọng về hôn nhân đang thay đổi, lý do ly hôn chuyển thành các vấn đề giao tiếp, bất hạnh và không hợp nhau (Cleek & Pearson, 1985). Nam và nữ thường đồng ý lý do ly hôn được liệt kê dưới đây từ lý do được viện ra từ thường xuyên nhất cho đến ít nhất (Cleek & Pearson, 1985):

Lý do nam đưa ra	**Lý do nữ đưa ra**
Vấn đề giao tiếp	Vấn đề giao tiếp
Không hạnh phúc cơ bản	Không hạnh phúc cơ bản
Không hợp nhau	Không hợp nhau
Vấn đề tình dục	Lạm dụng tình cảm
Vấn đề tài chính	Vấn đề tài chính
Lạm dụng tình cảm	Vấn đề tình dục
Sự tự do của vợ	Chồng lạm dụng rượu
Bố mẹ vợ	Chồng không chung thủy
Vợ không chung thủy	Đánh đập
Tự mình lạm dụng rượu	Bố mẹ chồng

Ngoài ra, sự gia tăng tỉ lệ ly hôn ở Mỹ phản ánh kỳ vọng hôn nhân cao hơn. Hiện nay các cặp vợ chồng mong đợi tìm được người bạn đời giúp mình phát triển và cung cấp nhiều thứ khác hơn là tiền bạc, tình dục và con cái. Những kỳ vọng như thế thật nghịch lý khi làm giảm chất lượng hôn nhân trong các thế hệ gần đây (Rogers & Amato, 1997). Trong nhiều nền văn hóa khác, những kỳ vọng như thế khá hiếm hoặc trái với giá trị truyền thống.

Tỉ lệ ly hôn cao ở Mỹ và lý do thường viện ra để ly hôn gợi ra một tiếp cận gây tranh cãi trong việc hàn gắn các cặp vợ chồng. Như mô tả trong phần Tranh luận hiện nay, *hôn nhân giao kèo* là một tùy chọn đang được thử ở một số tiểu bang làm cho khó có khả năng ly hôn hơn. Hôn nhân giao kèo có hiệu quả không? Bạn hãy đọc rồi tự mình rút ra kết luận.



TRANH LUẬN HIỆN NAY: "HÔN NHÂN GIAO KÈO", CÁCH RÀNG BUỘC VỢ CHỒNG CHUNG SỐNG?

Tỉ lệ ly hôn ở Mỹ, tỉ lệ cao nhất thế giới, trở thành một mối quan ngại cho cả nước. Khi xã hội của chúng ta phấn đấu để làm cho hôn nhân thành công hơn thì có nhiều tiếp cận, chẳng hạn như tư vấn tiền hôn nhân bắt buộc, giai đoạn nguôi giận và hủy bỏ ly hôn không có lỗi đang được thử nghiệm với nhiều mức độ thành công khác nhau.

Năm 1997, Louisiana thông qua một tiếp cận khác, gây nhiều tranh cãi. Khi các cặp vợ chồng kết hôn, họ chọn giữa "hôn nhân không lỗi" và "hôn nhân giao kèo". Trong hôn nhân không lỗi, một cặp vợ chồng có thể ly hôn sau 6 tháng ly thân không cần có bằng chứng ngoại tình, ngược đãi, bỏ bê hoặc lý do cơ bản khác. Trong hôn nhân giao kèo, các cặp vợ chồng muốn ly hôn phải sống ly thân 2 năm hoặc chứng minh rằng bạn đời của mình ngoại tình, ngược đãi, bỏ trốn hoặc phạm tội trọng. Các cặp vợ chồng chọn hôn nhân giao kèo cũng phải được tư vấn tiền hôn nhân bắt buộc. Các cặp vợ chồng đã kết hôn có thể viết lại lời thề và hôn nhân của mình dưới dạng các điều khoản trong giao kèo.

Những người đề xuất hôn nhân giao kèo nêu rõ khoảng 20% số cặp vợ chồng tham gia tư vấn tiền hôn nhân quyết định không lấy người bạn đời của mình (Etzioni, 1997). Ly hôn khó hơn làm cho các nhà làm luật lo ngại rằng luật hôn nhân quá khoan dung. Người ta hy vọng các điều khoản trong hôn nhân giao kèo sẽ làm cho các cặp vợ chồng suy nghĩ về hôn nhân nghiêm túc hơn và phải có sự ràng buộc với nhau sâu sắc hơn.

Những người phản đối hôn nhân giao kèo cho rằng tùy chọn có thể buộc các cặp vợ chồng phải

sống chung với nhau khi chính trong quyền lợi tốt nhất của cặp vợ chồng và của con làm cho hôn nhân kết thúc. Các cuộc hôn nhân bất hạnh không phải là môi trường giúp đỡ trẻ. Những người phản đối cũng nêu rõ hôn nhân giao kèo làm một bước thụt lùi giới thiệu lại quan điểm cho rằng ly hôn là do lỗi của người nào đó. Những người phản đối này cũng đặt vấn đề liệu các cặp cặp vợ chồng thực sự có lựa chọn hay không, nghĩa là áp lực bạn đồng tuổi buộc họ tham gia hôn nhân giao kèo.

Hôn nhân giao kèo có giảm được tỉ lệ ly hôn ở Louisiana hay không? Thật quá sớm để trả lời câu này. Làm cho các cặp vợ chồng muốn kết hôn phải hiểu đúng thực tế cảm xúc và tài chánh là điều tốt. Cho dù có làm cho ly hôn trở nên khó hơn đi nữa cũng vẫn là điều tốt đối với các cặp vợ chồng và con cái.

Hậu quả của ly hôn đối với cặp vợ chồng

Mặc dù những thay đổi trong thái độ về ly hôn đã xoa dịu vết thương xã hội đi kèm với ly hôn nhưng ly hôn vẫn gây nhiều tổn hại đối với tâm thần của cặp vợ chồng. Một cuộc khảo sát trên toàn quốc cho thấy ly hôn làm tổn hại hạnh phúc của cá nhân ít nhất 5 năm sau khi ly hôn, tạo ra rất nhiều hậu quả tiêu cực kéo dài thậm chí còn hơn cả việc chồng chết hoặc vợ chết (Nock, 1981). Một nghiên cứu theo chiều dọc những người đã ly hôn cho thấy họ trầm cảm nhiều hơn lúc họ kết hôn (Menaghan & Lieberman, 1986). Quả thật, những người ly hôn ở mọi độ tuổi ít có khả năng như những người đã kết hôn, chưa hề kết hôn và góa chồng hoặc góa vợ khi cho rằng mình "vô cùng hạnh phúc" (Kurdek, 1991 b; Lee, Seccombe, & Shehan, 1991). Thậm chí 10 năm sau khi ly hôn, nhiều người ly hôn vẫn còn cảm giác giận dữ, cô độc, thất vọng, bị bỏ rơi và bị phản bội (Wallerstein & Blakeslee, 1989).

Cho dù cái giá tâm lý phải trả sau khi ly hôn rất cao, nhưng những người ly hôn không muốn là mình vẫn còn có vợ hoặc có chồng. Một nghiên cứu theo chiều dọc cho thấy sau khi ly hôn 5 năm, chỉ có 20% số bạn đời trước đây nghĩ rằng ly hôn là một sai lầm. Tuy nhiên, hầu hết mọi người đều cho biết mình đánh giá chưa đúng sự đau khổ do ly hôn gây ra (Wallerstein & Kelly, 1980).

Hậu quả sau khi ly hôn thay đổi qua thời gian. Ngay sau khi chia tay, những người trước đây từng là vợ chồng với nhau thường giận dữ và cay đắng nhiều hơn lúc trước. Như những người trong ảnh chụp nhiều người đánh giá quá thấp tình cảm quyến luyến với nhau và có thể quá nhạy cảm khi nghe chồng cũ hoặc vợ cũ phê bình. Thái độ thù địch càng tăng thường đi kèm các đợt trầm cảm và mất quân bình (Kelly, 1982). Thật ra, những người trước đây từng là vợ chồng với nhau bị suy nghĩ của người bạn đời ám ảnh, có thái độ thù địch rất cao đối với bạn đời có sự khỏe mạnh cảm xúc kém hơn những người trước đây từng là vợ chồng không có thành kiến hoặc có suy nghĩ thân thiện đối với bạn đời trước đây, rất nhiều (Masheter, 1997). Rõ ràng ít

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Dựa vào tác động nghiêm trọng của ly hôn, thay đổi nào trong việc chọn bạn làm giảm tỉ lệ ly hôn?



thành kiến là điều quan trọng trong mối quan hệ tốt sau khi ly hôn, và có thể là dấu hiệu chỉ báo mức độ mà những người trước đây từng là vợ chồng với nhau có thể đi tiếp trong cuộc đời.

Cũng phát hiện sự khác nhau giới tính. Nam giới cho rằng mình bị sốc, nhất là khi người vợ nộp đơn xin ly hôn (Kelly, 1982). Nam giới có nhiều khả năng bị đổ lỗi đã làm sinh ra các rắc rối dẫn đến ly hôn, phải chấp nhận khiển trách, phải dọn đi nơi khác và do đó nhận thấy đời sống xã hội của mình bị phá vỡ (Kitson & Sussman, 1982). Phụ nữ bị ảnh hưởng theo cách khác. Về mặt xã hội, họ có ít khả năng tái hôn hơn và nhận thấy việc hình thành các mối quan hệ mới sẽ khó khăn hơn nếu đang phải nuôi con (Maccoby, Depner, & Mnookin, 1991; Masheter, 1991). Phụ nữ bị bất lợi tài chính nghiêm trọng, phần lớn vì họ thường phải nuôi con, và tiền lương thường ít hơn nam, và có khả năng người chồng trước không phụ tiền nuôi con (Gallagher, 1996; Kurz, 1995). Marilyn, phụ nữ ở tuổi trung niên vừa ly hôn gần đây trong phần minh họa (ảnh bên trên), có lẽ trước mắt gặp rất nhiều khó khăn khi phải cố gắng xoay sở cho cuộc sống cũng như đóng tiền học cho con gái.

Ly hôn ở tuổi trung niên hoặc về già có một số đặc điểm đặc biệt. Nói chung, vết thương lòng đối với những cá nhân này nhiều hơn vì họ đã có thời gian dài đầu tư vào cuộc sống thực tế và cảm xúc của nhau (Uhlenberg, Cooney, & Boyd, 1990). Bạn đời có thể xa lánh hoặc đứng về một bên, làm cho hệ thống xã hội càng thêm bị phá vỡ. Phụ nữ tuổi trung niên và cao tuổi hơn bị bất lợi đáng kể khi tái hôn – một tình huống đặc biệt đau buồn đối với phụ nữ có được phần lớn nhận dạng của mình từ vai trò của người vợ và người mẹ. Cho dù ly hôn diễn ra trước đó nhiều năm nhưng con cái vẫn đổ lỗi cho bố mẹ đã làm gia đình tan nát (Hennon, 1983).

Chúng ta không nên xem nhẹ những khó khăn tài chính mà phụ nữ ly hôn ở tuổi



trung niên thường phải đối mặt (Gallagher, 1996; Kurz, 1995). Những khó khăn này đặc biệt thấy rõ ở những người ly hôn ở tuổi trung niên nhiều năm chỉ làm nội trợ và rất ít kỹ năng để xin việc. Đối với họ, ly hôn đồng nghĩa với cảnh túng quẫn tài chánh.

Mối quan hệ với con nhỏ

Khó khăn trong việc điều chỉnh thích nghi sau khi ly hôn thường tùy thuộc vào việc có con nhỏ hay không. Quyết định ai được quyền nuôi con thường tạo ra nhiều vấn đề. Hơn 90% trường hợp, mẹ thường nuôi con, đôi khi bố cũng được quyền này. Như người phụ nữ trong ảnh bên dưới hầu hết các bà mẹ ly hôn có con nhỏ thường trở thành bố mẹ nuôi con chính. Đối với nhiều người, cái giá phải trả cho việc nuôi con rất cao, đồng thời khi trách nhiệm làm bố mẹ của họ gia tăng thì tài nguyên



tài chánh của họ thường giảm đáng kể (Gallagher, 1996; Kurz, 1995). Chăm sóc con cái rất tốn kém, hầu hết các ông bố đã ly hôn đóng góp tiền bạc ít hơn trước lúc chia tay. Ngoài ra, ở Mỹ, chưa có việc trừ lương nuôi con, để giải quyết vấn đề này, hầu hết các tiểu bang đều đã thông qua luật làm cho việc trừ lương nuôi con có hiệu lực (Gallagher, 1996).

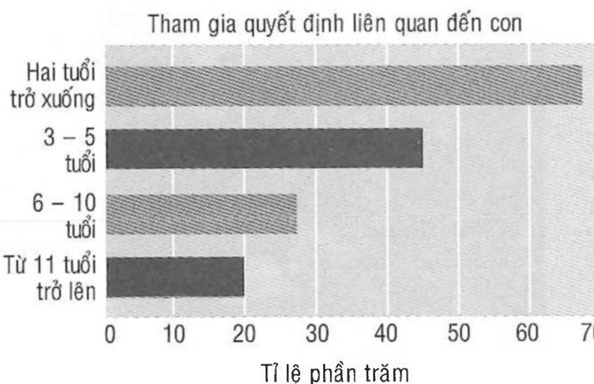
Các ông bố ly hôn phải trả giá tâm lý (Furstenberg & Nord, 1985). Mặc dù nhiều người vẫn muốn tốt cho con nhưng chỉ có một vài người làm được. Một lý do là nhu cầu của con đang thay đổi, dự đoán những thay đổi này đòi hỏi phải thường xuyên liên lạc, đối với nhiều người điều này rất khó. Người ra, cho dù có phụ tiền nuôi con thì các ông bố không nuôi con (trực tiếp) cũng thấy khó phát triển mối quan hệ tốt với con mình, thường là do người vợ trước đây luôn bày tỏ thái độ tức giận bằng cách hạn chế không cho bố liên lạc với con. Khoảng ¼ số cặp vợ chồng ly hôn xem nhau như kẻ thù làm cho vấn đề giữa các bên liên quan trở nên tệ hại hơn (Ahrons & Wallisch, 1986). Kết quả không may là nhiều ông bố ly hôn trở thành vai trò phụ trong cuộc sống của con mình, thường không phải do lỗi của bố (Seltzer, 1991). Bạn nhìn thấy trong biểu đồ, trong vòng 3 năm sau khi ly hôn chưa có đến một nửa số ông bố tham gia các quyết định liên quan đến con, và chưa đến 60% trẻ thấy mặt bố mỗi tháng một lần.

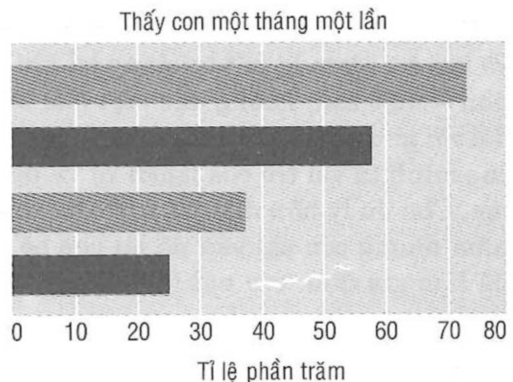
Có thể khắc phục vấn đề giữa những người ly hôn có con nhỏ. Một số cặp vợ chồng trước đây có khả năng kiềm chế sự giận dữ của mình và hợp tác với nhau (Masheter, 1991). Điều chỉnh dễ hơn nếu cả hai đều tái hôn hoặc không ai tái hôn. Thật thú vị, đối với một người chồng mới thật dễ chấp nhận mối quan hệ thân mật của vợ mình với người chồng cũ hơn là đối với một người vợ mới chấp nhận mối quan hệ thân mật của chồng với người vợ trước (Masheter, 1991).

Mối quan hệ với con đã trưởng thành

Chúng ta nhìn thấy trong Chương 5 rằng con nhỏ bị ảnh hưởng nghiêm trọng khi bố mẹ ly hôn. Nhưng điều gì xảy ra khi bố mẹ có con đã trưởng thành ly hôn? Con trưởng thành có bị ảnh hưởng hay không? Chắc chắn là có. Con đã trưởng thành có bố mẹ ly hôn thường bị nhiều tổn thương về cảm xúc và căng thẳng (Cooney, Smyer, Hagestad, & Klock, 1986; Cooney & Uhlenberg, 1990). Một thanh niên nhận xét như sau:

> ...khó khăn là vào lúc bạn đang chuyển từ trung học phổ thông sang đại học... bạn bè thời phổ thông mỗi người một ngả... họ đi khắp nơi... thường là một sự chuyển tiếp [đại học] rất khó, bầu không khí mới, khối lượng công việc mới, quen người mới. Bạn phải bắt đầu quyết định mình muốn làm gì, bạn phải phân loại để độc lập hơn, v.v... sau đó, bạn tìm hiểu thêm về ly hôn. Bạn biết rằng mình phải điều chỉnh nhiều thứ mới thích nghi được (Cooney và người khác, 1986).



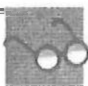


? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Ly hôn của bố mẹ có ảnh hưởng gì đến quan điểm hôn nhân và mối quan hệ ràng buộc của con cái?

Giận dữ, sự thủy chung mâu thuẫn và lo lắng về tương lai của bố mẹ là những phản ứng thường gặp. Các mối quan hệ với bố mẹ bị tổn hại không thể phục hồi. Thậm chí nhiều năm sau, các ông bố ly hôn ít có khả năng có được mối quan hệ tích cực với con ở tuổi trưởng thành như mẹ. Bố cũng không nghĩ rằng mình sẽ dựa vào con nhờ con giúp trong lúc túng thiếu (Cooney & Uhlenberg, 1990). Trái lại, mối quan hệ của con gái trưởng thành với mẹ thường dễ thấy hơn, thậm chí khắng khít hơn sau khi ly hôn (Cooney và người khác, 1986).

TỰ TÌM HIỂU: HẬU QUẢ CỦA LY HÔN ĐỐI VỚI CON CÁI ĐÃ TRƯỞNG THÀNH



Một trong những hậu quả ly hôn thường bị bỏ qua nhiều nhất là làm mối quan hệ giữa bố mẹ và con trưởng thành thay đổi ra sao. Thật ra, hầu hết nghiên cứu về hậu quả của ly hôn đối với trẻ con tập trung vào trẻ độ tuổi đến trường và bỏ qua số trẻ trên 18 tuổi. Sự chú trọng này xem nhẹ tầm quan trọng của tác động chu kỳ đời sống trong mô hình Tâm sinh học xã hội (xem Chương 1). Là con đã trưởng thành có bố mẹ ly hôn tạo ra nhiều vấn đề khác với những gì con nhỏ trải qua khi bố mẹ ly hôn.

Con đã trưởng thành có bố mẹ ly hôn hình thành hai nhóm phụ: số có bố mẹ ly hôn khi con còn nhỏ và số có bố mẹ ly hôn khi con từ 18 tuổi trở lên. Một vấn đề thú vị là liệu những nhóm phụ này có khác nhau về cảm giác hay không. Bạn đóng vai quan tòa để tìm hiểu. Bạn sẽ thu được nhiều hiểu biết quan trọng về nghiên cứu phát triển và tầm quan trọng của ảnh hưởng chu kỳ đời sống trong mô hình Tâm sinh học xã hội.

Hỏi bạn học cùng lớp, bạn bè, đồng nghiệp và thành viên trong gia đình. Hãy đặt một người vào mỗi nhóm phụ, và phỏng vấn họ đã có cảm giác, suy nghĩ gì. Hãy tìm hiểu họ đã suy nghĩ (và vẫn đang suy nghĩ) điều gì về sự ly hôn của bố mẹ, mối quan hệ của họ với bố mẹ hiện nay ra sao, bố mẹ đã ly hôn có ảnh hưởng thế nào đối với mối quan hệ yêu đương của con. Hãy kết hợp và trình bày kết quả của bạn thành bảng rồi sau đó so sánh với kết quả trong phần này. Kết quả có khớp nhau không? Hãy tự tìm hiểu.

TÁI HÔN

Vết thương ly hôn không ngăn cản người ta bắt đầu các mối quan hệ mới, thường dẫn đến cuộc hôn nhân khác. Gần 80% số người ly hôn đều tái hôn trong vòng 3 năm sau khi ly hôn (Glick & Lin, 1986). Tuy nhiên, tỉ lệ có phần khác nhau ở các nhóm dân tộc. Người Mỹ gốc Phi tái hôn chậm hơn người Mỹ gốc Âu, người Mỹ gốc Tây Ban Nha tái hôn còn chậm hơn cả hai nhóm này (Coleman & Ganong, 1990). Tái hôn có nhiều khả năng xảy ra hơn khi những người ly hôn còn trẻ, chủ yếu là vì hiện có nhiều đối tác hơn. Người ta thường chuộng đối tác là nam ở mọi độ tuổi vì nam thường kết hôn với nữ nhỏ tuổi hơn mình. Vì lý do này, xác suất một phụ nữ đã ly hôn, số tái hôn sẽ giảm khi càng lớn tuổi.

Những người tái hôn báo cáo rằng họ có cuộc hôn nhân thứ hai khác với cuộc hôn nhân thứ nhất. Họ quả quyết rằng mình giao tiếp tốt hơn, giải quyết bất đồng bằng thái độ thiện chí hơn, đi đến quyết định bình đẳng hơn và chia nhau làm nhiều chuyện vặt công bằng hơn (Furstenberg, 1982). Quả thật, hầu hết các cặp vợ chồng cho rằng họ có nhiều khả năng thành công trong lần kết hôn thứ hai hơn (Furstenberg, 1982). Đối với người Mỹ gốc Phi, tình

trạng này có vẻ đúng tỉ lệ ly hôn trong hôn nhân lần thứ hai thấp hơn hôn nhân lần thứ nhất (Teachman, 1986). Tuy nhiên, hôn nhân lần thứ hai đối với hầu hết các nhóm khác đều có nguy cơ gãy đổ cao hơn hôn nhân lần thứ nhất khoảng 25%, và tỉ lệ ly hôn trong hôn nhân lần thứ hai có con ghẻ có ít nguy cơ gãy đổ cao hơn hôn nhân lần thứ nhất gấp 3 lần (Glenn, 1991).



Mặc dù phụ nữ có nhiều khả năng nộp đơn ly hôn hơn nhưng họ ít có khả năng tái hôn hơn (Buckle, Gallup, & Rodd, 1996).

Nam giới đã ly hôn không con thường lấy nữ chưa kết hôn lần nào, nam giới đã ly hôn có con thường lấy nữ đã ly hôn (Buckle và người khác, 1996).

Đối với những cặp vợ chồng trong ảnh chụp, việc thích nghi với mối quan hệ mới trong hôn nhân lần thứ hai khác nhau ở nam và nữ (Hobart, 1988). Đối với nam tái hôn, mối quan hệ nổi bật là mối quan hệ với người vợ mới, các mối quan hệ khác, nhất là mối quan hệ với con trong cuộc hôn nhân trước, thường ở vị trí phụ. Đối với nữ tái hôn, mối quan hệ với người chồng mới không bằng mối quan hệ với con trong cuộc hôn nhân trước.

TỰ KIỂM TRA

1. Tiếp theo sau ly hôn hầu hết phụ nữ gánh chịu không tương xứng trong lĩnh vực ______ so với hầu hết nam giới.
2. Trung bình, trong vòng hai năm sau khi ly hôn, ______ ông bố vẫn là tâm điểm trong cuộc sống của con cái.
3. Thậm chí nhiều năm sau, ______ đã ly hôn không có được mối quan hệ tích cực với con đã trưởng thành.
4. Đối với các cặp vợ chồng Mỹ gốc Phi tỉ lệ ly hôn đối với các cặp vợ chồng tái hôn ______ hơn các cuộc hôn nhân lần thứ nhất.
5. Bất chấp tỉ lệ ly hôn ngày càng tăng trong một vài thập niên qua, nhưng tỉ lệ kết hôn vẫn không thay đổi nhiều. Bạn có suy nghĩ gì?

Trả lời: (1) tài chánh, (2) một vài, (3) các ông bố, (4) thấp

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Trong chương này, bạn đã hiểu được người ta tìm thấy và phát triển mối quan hệ người lớn ra sao. Chúng ta nghiên cứu vai trò quan trọng của tình bạn trong tuổi trưởng thành. Một số mối quan hệ như mối quan hệ của Jamal và Deb, chuyển thành

tình yêu. Một số tình yêu lãng mạn họ cảm nhận được không kéo dài mãi nhưng tình yêu của họ có thể phát triển sao cho mối quan hệ có thể kéo dài. Mặc dù tình yêu thời thanh niên như tình yêu của Jamal và Deb thường gặp trên khắp thế giới, nhưng người ta tìm kiếm điều gì ở người bạn đời lại thay đổi trong các nền văn hóa khác nhau. Thay đổi một mối quan hệ yêu đương thành hôn nhân như Kevin và Beth cũng là điều thường gặp, ở đa số những người kết hôn vào một thời điểm nào đó trong cuộc đời. Nếu Kevin và Beth có con, thì hạnh phúc mới tìm thấy của họ có khả năng bị phai mờ, nhưng với điều kiện rằng họ vẫn duy trì được sự ràng buộc của mình thì cuộc hôn nhân của họ chắc chắn sẽ kéo dài. Ly hôn của Frank và Marilyn có kết quả khá điển hình: Marilyn gặp rắc rối khi gặp phải các nhu cầu tài chánh. Vì Bob và Denise đều ở tuổi 30 khi sinh con đầu lòng nên họ có nhiều khả năng phù hợp hơn và chuẩn bị làm bố mẹ tốt hơn số bố mẹ nhỏ tuổi hơn.

Trong suốt chương này, chúng ta nhận thấy mối quan hệ ở con người rất phức tạp. Mặc dù có những tương đồng trên khắp thế giới trong cách con người tìm bạn, thì văn hóa đóng một phần quan trọng trong việc giúp con người tìm được người "ý hợp tâm đầu". Duy trì mối quan hệ gắn bó đòi hỏi phải nhiều công sức và có nhiều áp lực có thể làm lệch hướng chú ý của bạn đời.

TÓM TẮT



Mối quan hệ

Tình bạn

• Người ta thường có nhiều tình bạn vào đầu tuổi trưởng thành hơn bất kỳ giai đoạn nào khác. Tình bạn đặc biệt quan trọng trong việc duy trì sự hài lòng với cuộc sống trong suốt tuổi trưởng thành.

• Nam giới thường có ít tình bạn thân mật và tình bạn dựa trên hoạt động chung chẳng hạn như thể thao. Nữ giới thường có tình bạn thân mật hơn nam giới, và tình bạn dựa trên sự chia sẻ cảm xúc và thân mật. Sự khác biệt giới tính trong các mẫu tình bạn cùng phái có thể giải thích những khó khăn mà hai phái đối mặt khi tạo ra tình bạn khác phái.

Mối quan hệ yêu đương

• Đam mê, thân mật, và ràng buộc là những thành phần chính của tình yêu. Những thành phần này kết hợp để hình thành 7 loại mối quan hệ yêu đương: mến, mê đắm, tình yêu trống rỗng, tình yêu lãng mạn, tình yêu ngu muội, tình yêu bầu bạn và tình yêu tuyệt vời.

• Mặc dù các kiểu tình yêu thay đổi theo độ tuổi, nhưng thứ tự ưu tiên trong các mối quan hệ thì không. Nam giới thường lãng mạn hơn nữ trong buổi đầu quan hệ, nữ thường thực dụng và thận trọng hơn.

• Chọn bạn phù hợp nhất khi có chung giá trị, mục tiêu và quan tâm. Có những khác biệt giữa các nền văn hóa liên quan đến các khía cạnh cụ thể của những khác biệt này được xem là quan trọng nhất.

Mặt trái của mối quan hệ: Bạo hành

• Mức độ của dải hành vi gây hấn từ gây hấn bằng lời, đến gây hấn thể xác, cho đến giết chết bạn đời. Nguyên nhân của hành vi gây hấn trở nên phức tạp hơn khi mức độ gây hấn gia tăng. Người ta vẫn sống

chung trong mối quan hệ ngược đãi vì nhiều lý do bao gồm thái độ tự trọng thấp suy nghĩ cho rằng mình không thể bỏ đi.



Cách sống

Sống độc thân

- Hầu hết người lớn ở tuổi 30 quyết định mình có nên kết hôn hay không. Người lớn chưa hề kết hôn thường phát triển một hệ thống bạn thân dày đặc. Giải quyết kỳ vọng của người khác cho rằng họ nên kết hôn thường rất khó đối với người độc thân.

Chung sống như vợ chồng

- Những người đầu tuổi trưởng thành thường sống chung như vợ chồng như một bước hướng đến hôn nhân, và người lớn ở mọi độ tuổi cũng sống chung như vợ chồng vì lý do tài chánh. Chung sống như vợ chồng hiếm khi được xem là biện pháp thay thế cho hôn nhân. Nói chung, có nhiều điểm tương đồng hơn là dị biệt tồn tại giữa các cặp vợ chồng chung sống như vợ chồng và kết hôn.

Các đôi nam đồng tính và nữ đồng tính

- Mối quan hệ nam đồng tính và nữ đồng tính giống với các cuộc hôn nhân theo nghĩa các vấn đề mối quan hệ. Các cặp nữ đồng tính thường bình đẳng hơn và có nhiều khả năng chung sống với nhau hơn các cặp nam đồng tính. Tần số bày tỏ giới tính khác nhau ở các cặp nam đồng tính, nữ đồng tính và tình dục khác giới.

Hôn nhân

- Yếu tố quan trọng nhất trong việc tạo ra hôn nhân ổn định là hình thành một ý thức nhận dạng ổn định như một nền tảng cho tính thân mật, sự giống nhau về giá trị và quan tâm, và sự đóng góp các kỹ năng riêng của mỗi đối tác.

- Đối với các cặp vợ chồng có con, sự hài lòng trong hôn nhân thường giảm sút cho đến khi con ra riêng, mặc dù có những khác biệt ở từng người, nhất là trong các cuộc hôn nhân dài hạn. Hầu hết các cuộc hôn nhân dài hạn đều hạnh phúc.



Chu kỳ đời sống gia đình

Các giai đoạn trong chu kỳ đời sống gia đình

- Mặc dù gia đình hạt nhân là hình thức gia đình phổ biến nhất trong các xã hội phương Tây, hình thức phổ biến nhất khắp thế giới là gia đình mở rộng. Gia đình trải qua một loạt các thay đổi có thể dự đoán tương đối gọi là *chu kỳ đời sống gia đình.* Chu kỳ này cung cấp một khuôn khổ tìm hiểu những thay đổi mà gia đình trải qua khi đứa trẻ trưởng thành.

Quyết định có con hay không

- Mặc dù có con rất tốn kém và gây căng thẳng nhưng hầu hết mọi người đều muốn có con. Tuy nhiên, số lượng cặp vợ chồng không con ngày càng nhiều.

Vai trò của bố mẹ

- Định thời điểm làm bố mẹ rất quan trọng khi trong gia đình bố mẹ quan tâm ra sao so với nghề nghiệp của mình.

- Bố mẹ đơn độc đối mặt với nhiều vấn đề nhất là nếu họ là nữ và đã ly hôn. Khó khăn chính là nguồn tài chính giảm sút đáng kể.

- Một vấn đề quan trọng đối với bố mẹ nuôi và bố mẹ ghẻ là mức độ gắn bó giữa bố mẹ với con. Mỗi mối quan hệ này đều có một số đặc điểm đặc biệt.

- Bố mẹ nam đồng tính và nữ đồng tính cũng gặp nhiều trở ngại nhưng họ thường chứng tỏ mình là bố mẹ tốt.



Ly hôn và tái hôn

Ly hôn

• Hiện nay, cuộc hôn nhân mới sẽ kết thúc bằng ly hôn với tỉ lệ 50 – 50. Sự phục hồi sau khi ly hôn rất khó đối với hai phái. Nam giới thường gặp khó khăn trong thời gian ngắn nhưng rõ ràng nữ giới về lâu về dài gặp nhiều khó khăn hơn, thường là lý do tài chánh. Khó khăn ở bố mẹ đã ly hôn thường liên quan đến việc thăm con và chu cấp tiền nuôi con. Sự gãy đổ cũng xảy ra trong các mối quan hệ của bố mẹ đã ly hôn với con, cho dù con còn nhỏ hoặc đã trưởng thành đi nữa.

Tái hôn

• Hầu hết các cặp vợ chồng đã ly hôn đều tái hôn. Các cuộc hôn nhân lần thứ hai đặc biệt dễ bị căng thẳng nếu chồng vợ phải điều chỉnh để thích nghi với con ghẻ. Tái hôn ở tuổi trung niên và lớn hơn nữa thường hạnh phúc.

TỪ KHÓA

kết bạn phân loại
mối quan hệ ngược đãi
hội chứng phụ nữ bị đánh đập
chung sống với nhau như vợ chồng
đồng giao
thuyết trao đổi
gia đình hạt nhân
gia đình mở rộng
chu kỳ đời sống gia đình

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BOSS, P. G., DOHERTY, W. J., LAROSSA, R., SCHUMM, W. R., & STEINMETZ, S. K. (Eds.). (1993). *Sourcebook of family theories and methods.* New York: Plenum. Quyển sách tuyệt hảo này đề cập tất cả các thuyết và phương pháp quan trọng được sử dụng trong nghiên cứu gia đình và mối quan hệ.

PRATHER, H., & PRATHER, G. (1990). *Notes to each other.* New York: Bantam. Tuyển tập này phản ánh cách làm cho mối quan hệ hiệu quả, giữ được hạnh phúc và làm bố mẹ, làm cho sách dễ đọc hơn.

SETTLES, B. H., HANKS, R. S., & SUSSMAN, M. B. (1993). *American families and the future: Analyses of possible destinies.* New York: Haworth Press. Thảo luận mang tính học thuật nhưng rất đáng đọc, đề cập tương lai của gia đình Bắc Mỹ chấp nhận quan điểm quãng đời và giữa nhiều môn học với nhau.

TANNEN, D. (1990). *You just don't understand.* New York: Morrow. Quyển sách thú vị rất đáng đọc này đề cập các kiểu truyền đạt khác nhau ở hai phái.

VANZETTI, N., & DUCK, S. (1996). *A life time of relationships.* Pacific Grove: Brooks/Cole. Tóm tắt tài liệu nghiên cứu rất đáng đọc về các loại mối quan hệ khác nhau trong suốt quãng đời.


Introducing the
SIERRA

CHƯƠNG 11

LÀM VIỆC VÀ GIẢI TRÍ

Công việc, trông có vẻ như thể là tất cả những gì chúng ta đang làm. Từ công việc lặt vặt của trẻ em cho đến làm việc 12 tiếng trong văn phòng, chúng ta hiểu rằng làm việc là một phần tự nhiên trong cuộc sống. Đối với một số người, làm việc là cuộc sống. Trong chương này, chúng ta tìm hiểu thế giới công việc trước tiên bằng cách khảo sát con người chọn nghề ra sao và phát triển trong nghề nghiệp như thế nào. Sau đó, chúng ta tìm hiểu phụ nữ và các nhóm dân tộc thiểu số đối mặt với các rào cản, trong việc chọn và phát triển nghề nghiệp của mình ra sao. Phần thứ ba nghiên cứu sự chuyển tiếp nghề nghiệp. Làm cách nào lấy cân bằng giữa công việc và trách nhiệm đối với gia đình là một vấn đề khó đối với nhiều người, vấn đề này được đề cập trong phần thứ tư. Sau cùng, chúng ta sẽ tìm hiểu con người dành thời gian cho các hoạt động giải trí sau khi xong công việc ra sao.

Như trong Chương 10, tiêu điểm của chúng ta trong chương này là tập trung vào các vấn đề mà những người đầu tuổi trưởng thành và trung niên thường đối mặt. Không còn chuyện thanh niên phải giải quyết vấn đề chọn nghề nghiệp nữa. Điều thường gặp là những người ở độ tuổi trung niên cũng phải đối mặt với vấn đề chọn nghề, khi ngành công nghiệp họ đang làm có nhiều thay đổi hoặc công ty họ đang làm giảm biên chế. Tương tự, các chủ đề khác chúng ta đang cân nhắc đều áp dụng được cho cả những người ở đầu tuổi trưởng thành lẫn những người ở tuổi trung niên.

CHỌN VÀ PHÁT TRIỂN NGHỀ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Con người có suy nghĩ gì về công việc? Ưu tiên nghề nghiệp thay đổi cùng độ tuổi ra sao?**
- **Người ta chọn nghề như thế nào?**
- **Yếu tố gì ảnh hưởng đến việc phát triển nghề nghiệp?**
- **Quan hệ giữa sự hài lòng trong công việc và độ tuổi là gì?**

MONIQUE, sinh viên chuyên ngành công nghệ thông tin năm cuối, 28 tuổi, tự hỏi về nghề nghiệp. Liệu cô có nên bước vào lĩnh vực phát thanh trong tư cách nhà sản xuất hậu kỳ hay cô sẽ phù hợp với nghề phát thanh viên giao tế công cộng? Cô nghĩ nhân cách thân mật, hòa đồng của mình là một yếu tố cô cần xem xét. Cô có trở thành một nhà sản xuất chương trình phát sóng hay không?

Chọn việc làm là một công việc quan trọng. Như Monique, chúng ta chọn ngành mình đã học và ngành đó phải có sức thu hút. Công việc bóp méo phần lớn những gì chúng ta đang làm trong cuộc sống. Bạn đăng ký khoá học này như một phần chuẩn bị cho công việc. Con người ta kết bạn ở nơi làm việc và thu xếp hoạt động cá nhân bao quanh thời biểu làm việc. Bố mẹ thường chọn trung tâm chăm sóc con trẻ trên cơ sở trung tâm gần nơi mình làm việc.

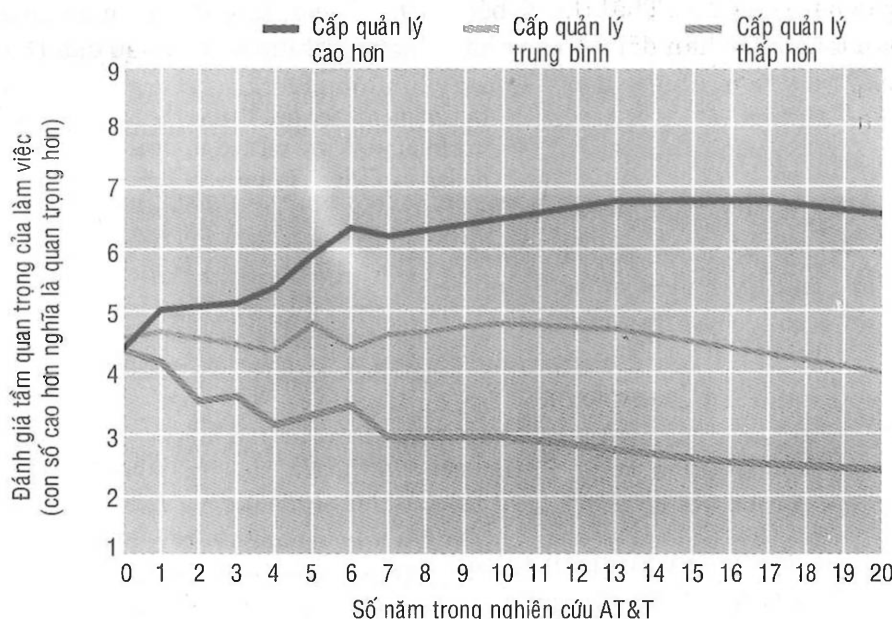
Trong phần này, chúng ta tìm hiểu công việc có ý nghĩa gì đối với người lớn. Chúng ta cũng điểm lại các vấn đề liên quan đến việc chọn nghề, được giới thiệu trong Chương 8, cũng như nghiên cứu sự phát triển nghề nghiệp. Sau cùng, chúng ta sẽ tìm hiểu sự hài lòng với công việc thay đổi ra sao trong tuổi trưởng thành.

Ý NGHĨA CỦA LÀM VIỆC

Bạn có từng suy nghĩ tại sao chúng ta phải chen chúc trong đám đông như những người trong ảnh đang làm hay không? Studs Terkel, tác giả tác phẩm *Working* (1974) rất hấp dẫn, viết rằng làm việc là "sự tìm kiếm phương tiện hàng ngày cũng như miếng cơm hàng ngày, cũng như kiếm ra tiền để được thừa nhận, với sự ngạc nhiên hơn là mỏi mệt, tóm lại, để có một loại sự sống hơn là một loại chết dần chết mòn từ thứ hai đến thứ sáu" (trang xiii). Kahlil Gibran (1923), trong tác phẩm huyền bí của mình *The Prophet,* là nhận xét theo cách này: "Làm việc là làm cho tình yêu hữu hình".

Đối với một số người trong chúng ta, làm việc là một nguồn tạo uy tín, được xã





Howard & Bray, 1990.

hội công nhận và ý thức về giá trị. Đối với người khác, sự hưng phấn trong tính sáng tạo và cơ hội tạo ra một điều gì đó từ chính mình làm cho công việc mang nhiều ý nghĩa hơn. Nhưng đối với hầu hết mọi người, mục đích chính của làm việc là kiếm sống. Dĩ nhiên, điều này không phải ngụ ý rằng tiền bạc là phần thưởng duy nhất trong công việc, tình bạn, cơ hội sử dụng quyền hạn và có cảm giác mình là người hữu dụng cũng rất quan trọng. Ý nghĩa mà hầu hết chúng ta rút ra được từ làm việc bao gồm cả tiền bạc có thể đổi lấy các nhu cầu thiết yếu trong cuộc sống (và có thể là một vài vật xa xỉ) lẫn khả năng phát triển cá nhân. *Những* ưu tiên nghề nghiệp *hoặc những gì người ta muốn từ công việc của mình phản ánh văn hóa và thời đại mà con người đang sống.*

Ưu tiên nghề nghiệp thay đổi qua thời gian vì các giá trị văn hóa đang thay đổi. Một minh họa điển hình của những ảnh hưởng này là nghiên cứu theo chiều dọc do qua Hội điện thoại và điện tín Mỹ (AT&T) tiến hành, bắt đầu vào giữa thập niên 1950 (Howard & Bray, 1980). Bạn hãy xem biểu đồ bên trên. Ba vấn đề quan trọng được mô tả. Thứ nhất, trục tung tượng trưng cho sự đánh giá tầm quan trọng của sự làm việc trong cuộc đời của nhân viên. Trục hoành phản ánh hai vấn đề: độ dài thời gian trong nghiên cứu ở AT&T (cho biết khái niệm về thời gian làm việc) và độ tuổi tương đối (nói chung, thời gian trong nghiên cứu càng ít thì nhân viên càng nhỏ tuổi).

Lưu ý tầm quan trọng của sự làm việc thay đổi thật ấn tượng qua thời gian ra sao. Nhân viên có thời gian dài hơn trong nghiên cứu thì các cấp độ của nhà quản lý khác nhau càng dễ phân biệt hơn trở thành hình thức tầm quan trọng của sự làm việc. Cơ sở cho những thay đổi này là sự khác biệt chính trong động cơ thúc đẩy hướng đến sự thăng cấp, khả năng lãnh đạo ở cấp cao hơn và mong muốn có sự ủng hộ tình cảm tùy vào độ tuổi của nhà quản lý. Đối với các cấp quản lý cao hơn, những người trong nghiên cứu AT&T trong thời gian ngắn có nhiều kỳ vọng về phần thưởng công việc thấp hơn nhiều so với những người đã tham gia nghiên cứu từ 10 năm trở lên, họ không nhìn thấy hầu hết các phần thưởng chính hoặc sự hài lòng trong

cuộc sống đến từ công việc. Thật thú vị, bức tranh hoàn toàn khác hẳn đối với các nhà quản lý cấp thấp hơn, những người trong nghiên cứu lâu hơn đánh giá tầm quan trọng của làm việc thấp hơn.

Chứng cứ ở AT&T không phải là duy nhất. Nghiên cứu khác cũng dẫn chứng bằng tư liệu rằng nhân viên nhỏ tuổi hơn trong cấp quản lý cao hơn ít quan tâm đến sự coi trọng vật chất, tìm kiếm quyền lực, thăng cấp và ganh đua, thay vào đó, họ thường chú trọng tự do cá nhân, sự phát triển cá nhân và cộng tác (Jones, 1980; Yankelovich, 1981).

Không xét đến việc con người ta có những ưu tiên nghề nghiệp gì, người ta xem nghề nghiệp của mình như một yếu tố quan trọng trong ý thức nhận dạng của mình (Whitbourne, 1996). Điều này dễ thấy khi người lớn tự giới thiệu mình như những người hòa đồng trong xã hội. Có lẽ bạn cũng nhận thấy khi được yêu cầu nói một điều gì đó về mình thì người ta thường cung cấp thông tin về việc họ đang làm nghề gì để kiếm sống. Nghề nghiệp ảnh hưởng đến cuộc sống của bạn trong rất nhiều cách, thường ảnh hưởng đến việc bạn đang sống ở đâu, kết bạn với ai, và thậm chí mặc trang phục gì. Tóm lại, tác động của công việc đều thấy rõ trong mọi khía cạnh của cuộc sống. Làm việc là một vai trò xã hội quan trọng và ảnh hưởng đến cuộc sống của người lớn. Nghề nghiệp là một nơi nương tựa quan trọng để thực hiện các vai trò quan trọng khác của tuổi trưởng thành – mối quan hệ yêu đương.

Như chúng ta sẽ thấy, nghề nghiệp là một phần trong sự phát triển của con người. Trẻ con trong trò chơi giả vờ của mình đều nằm trong sự chuẩn bị cho công việc trong xã hội. Người lớn luôn hỏi trẻ con, "khi lớn con sẽ làm nghề gì?". Chương trình giảng dạy ở trường nhất là ở trường trung học và đại học đều định hướng chuẩn bị cho học sinh và sinh viên các nghề cụ thể. Người ta phát triển sự quan tâm các nghề nghiệp khác nhau qua thời gian, và những thay đổi trong nghề nghiệp nằm trong số những sự kiện quan trọng nhất trong chu kỳ đời sống. Chúng ta hãy chú ý đến một trong những thuyết giải thích bằng cách nào và tại sao người ta chọn nghề như hiện tại.

THUYẾT CHỌN NGHỀ CỦA HOLLAND

Trong Chương 8, chúng ta hiểu rằng những quyết định đầu tiên về việc con người sẽ làm gì trong thế giới việc làm đều liên quan đến nhân cách của mình. Thuyết của Holland (1973, 1985) giải thích rõ ràng về quan điểm hấp dẫn trực giác: con người chọn nghề để tối ưu hóa sự phù hợp giữa nét cá nhân của mình (như nhân cách, trí năng, kỹ năng và khả năng) với quan tâm nghề nghiệp. Bạn hãy nhớ lại bảng trong Chương 8 (trang 322) trong đó Holland phân loại nghề nghiệp theo hai cách bằng bối cảnh giữa cá nhân với nhau trong đó con người phải hoạt động chức năng và bằng cách sống kết hợp. Từ quan điểm này, ông nhận dạng sáu loại nhân cách kết hợp những yếu tố này: điều nghiên, xã hội, thực tế, nghệ thuật, qui ước và táo bạo.

Thuyết của Holland giúp chúng ta tìm hiểu sự phát triển quan tâm nghề nghiệp liên tục ở tuổi trưởng thành như thế nào? Hoàn cảnh của Monique minh họa điều này. Monique, sinh viên năm cuối trong phần minh họa, nhận thấy có sự phù hợp giữa tính tình thân mật, hòa đồng với

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Sự phát triển nhận thức thay đổi trong tuổi trưởng thành ảnh hưởng đến khả năng chọn nghề như thế nào?

chuyên ngành của mình, công nghệ thông tin. Thật ra, hầu hết sinh viên đại học, bất kể độ tuổi, thường theo học và chọn chuyên ngành nào phù hợp với nhân cách của mình nhiều nhất. Vì thế, chọn nghề ban đầu ở thanh niên sẽ được sửa đổi và hoàn thiện ở tuổi trưởng thành.

Mặc dù quan hệ giữa nhân cách và chọn nghề là điều quan trọng, chúng ta cũng phải nhận biết hạn chế của thuyết khi liên quan đến việc chọn nghề của người lớn. Nếu chúng ta chỉ đơn thuần xét đến sự phân bố giới tính trong thuyết Nhân cách của Holland, thì người lớn ở hai phái được trình bày khác nhau (Costa, McCrae, & Holland, 1984). Không xét đến độ tuổi, nữ có nhiều khả năng hơn nam trong việc có các loại nhân cách xã hội, nghệ thuật và qui ước. Một phần, sự khác biệt giới tính phản ánh kinh nghiệm khác nhau khi trưởng thành (chẳng hạn, người ta đồn rằng con gái lớn lên làm điều dưỡng trong khi con trai lớn lên làm lính cứu hỏa), sự khác nhau về nhân cách (chẳng hạn, nhận dạng vai trò giới tính) và sự khác nhau trong xã hội hóa (chẳng hạn, nữ được cho là thân mật, hoà đồng hơn, định hướng con người nhiều hơn nam). Tuy nhiên, nếu chúng ta nhìn và bên trong một loại nghề nghiệp cụ thể thì nữ và nam rất giống với nhau, và rất phù hợp với những quan tâm mà Holland mô tả (Betz, Harmon, & Borgen, 1996).

Chúng ta chưa biết gì nhiều về các loại nhân cách thay đổi ra sao trong các nhóm dân tộc khác nhau, hầu hết là vì các nhóm như thế chưa được bao gồm trong nghiên cứu tìm hiểu sự liên kết giữa nhân cách và nghề nghiệp. Ngoài ra, thuyết của Holland bỏ qua bối cảnh ra quyết định chọn nghề. Chẳng hạn, ông bỏ qua vấn đề nhiều người có ít sự chọn lựa về loại công việc mình có thể làm vì các yếu tố bên ngoài như gia đình, áp lực tài chánh hoặc dân tộc.

Thuyết của Holland cũng bỏ qua chứng cứ sự phù hợp giữa các loại nhân cách và nghề nghiệp thay đổi trong tuổi trưởng thành (Adler & Aranya, 1984). Holland chọn quan điểm tĩnh về cả nhân cách lẫn nghề nghiệp, những cũng phải thừa nhận rằng nghề nghiệp chúng ta đang chọn không phải là những gì chúng ta đang thích. Cũng quan trọng là sự tương tác giữa chúng ta và bối cảnh văn hóa xã hội – như người ta hoài nghi, theo mô hình Tâm sinh học xã hội được trình bày trong Chương 1. Chọn nghề là một quá trình phát triển phức tạp bao gồm sự tương tác giữa các yếu tố cá nhân, dân tộc, giới tính và kinh tế.

PHÁT TRIỂN NGHỀ NGHIỆP

Đối với hầu hết chúng ta, xin được việc làm vẫn chưa đủ, chúng ta muốn thăng tiến nữa. Thăng cấp là một biện pháp đánh giá một người thực hiện tốt đến mức nào trong nghề nghiệp của mình. Sự tiến bộ trong nghề nghiệp diễn ra (hoặc không diễn ra) nhanh chóng ra sao có thể dẫn đến những tên gọi như "fast-tracker" hoặc "dead-ender" (Kanter, 1976). Bill Clinton, trong ảnh chụp làm lễ tuyên thệ nhận chức tổng thống ở tuổi 46, là một minh họa của fast-tracker. Người muốn tiến bộ phải biết được thật nhanh là mình ở một



trình độ nào đó trong bao lâu và làm cách nào nắm bắt cơ hội khi cơ hội đang có, trong khi người khác có cảm giác thất vọng khi vẫn còn làm trong công việc cũ, không có cơ hội thăng tiến.

Một người tiến bộ trong nghề nghiệp ra sao trông có vẻ tùy vào sự xã hội hóa chuyên môn bao gồm một số yếu tố ngoài những yếu tố quan trọng trong việc chọn nghề ra. Trong số những yếu tố này là kỳ vọng, sự ủng hộ của đồng nghiệp, ưu tiên và sự hài lòng trong công việc. Trước khi chúng ta tìm hiểu những khía cạnh này, chúng ta hãy khảo sát một sơ đồ phát triển nghề nghiệp chung.

Thuyết của Super

Hơn bốn thập kỷ, Super (1957, 1980) phát triển một thuyết phát triển nghề nghiệp dựa trên khái niệm về cái tôi, được giới thiệu trong Chương 8. Ông đưa ra sự phát triển qua năm giai đoạn khác nhau trong tuổi trưởng thành, kết quả từ thay đổi trong khái niệm về cái tôi và sự thích nghi của cá nhân cho đến vai trò nghề nghiệp: thực hiện, xác lập, duy trì, giảm tốc và nghỉ hưu. *Con người được định vị dọc theo một chuỗi tiếp nối* trưởng thành nghề nghiệp *qua số năm làm việc của mình, hành vi nghề nghiệp càng đồng dạng với những gì người khác mong đợi phải có ở mình trong các độ tuổi khác nhau thì mình càng trưởng thành trong nghề nghiệp hơn.*

Trong Chương 8 chúng ta hiểu rằng lúc đầu hai giai đoạn trong thuyết Super, kết tinh và cụ thể hóa, chủ yếu xảy ra ở trẻ vị thành niên, và giai đoạn đầu tuổi trưởng thành sau đó cũng có nguồn gốc. Mỗi giai đoạn trong tuổi trưởng thành có những đặc điểm khác nhau:

- Giai đoạn *thực hiện* bắt đầu vào cuối tuổi vị thành niên hoặc đầu độ tuổi 20, khi người ta có một loạt công việc tạm thời để trực tiếp tìm hiểu về vai trò công việc và cố chọn một số nghề có thể.
- Giai đoạn *xác lập* bắt đầu bằng việc chọn một nghề nghiệp cụ thể vào đầu tuổi trưởng thành, giai đoạn này tiếp tục khi người ta tiến bộ trong nghề nghiệp.
- Giai đoạn *duy trì* là giai đoạn chuyển tiếp trong tuổi trung niên, nhân viên bắt đầu giảm thời lượng trong thực hiện vai trò công việc.
- Giai đoạn *giảm tốc* bắt đầu khi nhân viên bắt đầu nghĩ đến sự nghỉ hưu sắp tới và tách họ ra khỏi công việc.
- Giai đoạn *nghỉ hưu* bắt đầu khi người ta không còn làm việc toàn thời gian nữa.

Trong khuôn khổ của Super, nghề nghiệp của con người phát triển để đáp ứng với những thay đổi trong khái niệm về cái tôi của họ (Salomone, 1996). Do đó, đây là một quá trình phát triển phản ánh và giải thích những thay đổi quan trọng trong cuộc sống. Quá trình phát triển này bổ sung quan điểm của Holland. Các loại điều nghiên và táo bạo rất có khả năng xuất phát từ các gia đình thế lực hơn, trong đó bố mẹ thường không phải nằm trong các nghề nghiệp điều nghiên hoặc táo bạo. Thật thú vị, mục tiêu nghề nghiệp ban đầu không quan trọng đối với các loại xã hội cũng như hai loại khác, các loại xã hội có vẻ như linh động hơn trong sự chọn nghề sau cùng.

Tuy nhiên, khuyết điểm trong thuyết của Super sự tiến bộ phải có một khi con người chọn một nghề, họ vẫn làm nghề ấy

Thực hiện → Xác lập → Duy trì → Giảm tốc → Nghỉ hưu

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Tác động sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội nào ảnh hưởng đến sự phát triển của một người?

trong suốt phần còn lại của cuộc đời làm việc của mình. Mặc dù điều này có thể đúng đối với nhiều nhân viên trong quá khứ nhưng ngày nay đối với hầu hết nhân viên Bắc Mỹ không phải thế (Cascio, 1995). Sự cắt giảm biên chế của các công ty nhà nước và tư nhân từ cuối thập niên 1980 hầu như đã loại trừ khái niệm an sinh công việc suốt đời ở một nhân viên cụ thể. Vẫn phải tìm hiểu liệu các giai đoạn phát triển mới có được tìm thấy làm nền tảng cho thực tế nghề nghiệp mới hay không.

Kỳ vọng nghề nghiệp

Như chúng ta thấy trong Chương 8, cá nhân hình thành quan điểm về công việc trong một nghề nghiệp cụ thể sẽ như thế nào dựa trên những gì họ học được trong trường học và học được từ bố mẹ, bạn đồng tuổi, người lớn khác và phương tiện truyền thông đại chúng. Người ta có kỳ vọng mình muốn trở thành ai và hi vọng trở thành như thế khi nào. Levinson cùng đồng nghiệp (1978) xây dựng những kỳ vọng này thành thuyết phát triển nam trưởng thành, sau này mở rộng sang nữ (Levinson & Levinson, 1996). Dựa vào chứng cứ từ nghiên cứu theo chiều dọc ban đầu bắt đầu từ thập niên 1990 ở nam giới học đại học tư dành cho phần tử ưu tú, Levinson cùng đồng nghiệp (1978) phát hiện sự tương đồng đáng kể ở những người tham gia theo nghĩa công việc quan trọng trong cuộc sống ở tuổi trưởng thành. *Hình thành một* giấc mơ *trong đó nghề nghiệp đóng vai trò nổi bật là một trong những công việc quan trọng của những người đầu tuổi trưởng thành.*

Trong suốt tuổi trưởng thành, người ta tiếp tục hoàn thiện và cập nhật kỳ vọng nghề nghiệp của mình, thường là cố thực hiện giấc mơ, giám sát tiến bộ hướng đến giấc mơ ấy, và thay đổi hoặc thậm chí hủy bỏ nếu cần thiết. Đối với một số trường hợp, việc sửa đổi giấc mơ là do nhận biết rằng quan tâm đã thay đổi hoặc giấc mơ không còn thích hợp nữa. Trong các trường hợp khác, thất bại dẫn đến việc thay đổi giấc mơ – chẳng hạn, bỏ chuyên ngành kinh doanh vì thi rớt trong khóa kinh tế học. Những yếu tố khác là độ tuổi, thái độ phân biệt chủng tộc, phân biệt đối xử giới tính, không có cơ hội, kỹ năng lỗi thời, quan tâm thay đổi. Trong một số trường hợp, sự chọn nghề nghiệp ban đầu hoàn toàn không thực tế. Chẳng hạn, gần một nửa thanh niên đều muốn trở thành người có chuyên môn (như luật sư hoặc bác sĩ) nhưng trong 7 người thì mới có 1 thực sự trở thành như thế (Cosby, 1974). Một số sửa đổi mục tiêu là điều cần thiết nhưng thường làm chúng ta phải ngạc nhiên khi nhận thấy rằng mình có thể sai đối với những gì trước đây cho là đúng. Như Marie, một quản lý quảng cáo 38 tuổi nhận xét, "Thực ra tôi muốn làm phi công, đi đó đây đi nghe thật hấp dẫn. Nhưng đó không phải là những gì tôi mong đợi".

Có lẽ sự ngạc nhiên nhất đối với hầu hết chúng ta lần đầu tiên gặp phải khi chuyển từ trường học sang thế giới thật. Thực tế khiến chúng ta bị sốc, có những chuyện không hề xảy ra theo cách chúng ta nghĩ. Mọi người ai cũng bị sốc từ nhân viên trẻ tuổi trong ảnh chụp trang 468 cho đến nhân viên kế toán hiểu rằng dự đoán tài chánh phải mất nhiều ngày chuẩn bị nhưng chỉ mới giải quyết được một học tủ hồ sơ thôi (Van Maanen & Schein, 1977). Khía cạnh tưởng tượng của giấc mơ vẫn chưa biến mất, nhưng liều thuốc thực tế hiệu quả đã giúp người ta phải nhìn vào thực tế. Thông tin phản hồi như thế đóng



vai trò ngày càng quan trọng trong sự phát triển nghề nghiệp và khái niệm về cái tôi. Chẳng hạn, một phụ nữ nghĩ rằng mình nhận được cùng phần thưởng giống như chồng trong công việc tương tự chắc chắn sẽ ngày càng giận dữ và không còn ảo tưởng khi thành công của mình chỉ mang đến kết quả tăng lương không đáng kể và đề bạt lên chức vụ không quan trọng.

➡ *Vai trò của người tư vấn*

Hãy tưởng tượng rằng thật khó mà hình dung ra mọi thứ bạn cần biết trong một công việc mới nếu không có sự giúp đỡ của những người xung quanh. Bước vào một nghề nghiệp không gì khác hơn là tham dự một khóa đào tạo chính thức tương đối ngắn đối với cá nhân. Thật ra, phần lớn thông tin quan trọng nhất không được dạy trong các khóa đào tạo. Thay vào đó hầu hết mọi người đều học hỏi qua đồng nghiệp. Trong nhiều trường hợp, một người lớn tuổi hơn, nhiều kinh nghiệm hơn sẽ hướng dẫn bạn làm quen với công việc, người này đảm nhận vai trò của *người tư vấn*. Mặc dù người tư vấn nói chung không phải là nguồn hướng dẫn duy nhất ở nơi làm việc mà họ còn cùng nhau học hỏi khá thân mật.

Người tư vấn vừa là giáo viên, vừa là người bảo trợ, vừa là người mẫu vừa là người khuyên bảo (Heimann & Pittenger, 1996). Người tư vấn giúp nhân viên trẻ tránh được rắc rối ("anh hãy cẩn thận trước những lời nói về Harry"). Người tư vấn còn cung cấp thông tin vô giá về những qui định bất thành văn chi phối mọi hoạt động thường nhật ở nơi làm việc (không nên làm việc quá nhanh ở chuyện lắp ráp, mặc quần áo thích hợp, v.v...) (Levinson và người khác, 1978; Levinson & Levinson, 1996). Như một phần trong mối quan hệ, người tư vấn còn làm cho nhân viên tập sự được giám sát chú ý và được khen thưởng khi làm việc tốt. Vì thế, sự thành công trong nghề nghiệp thường tùy vào tính chất của mối quan hệ người tư vấn – nhân viên tập sự. Người tư vấn thực hiện hai chức năng chính: cải thiện cơ hội thăng tiến của nhân viên tập sự và làm tăng phúc lợi xã hội và tâm lý của nhân viên này (Kram, 1980,1985).

Kram (1985) cũng phát biểu rằng mối quan hệ người tư vấn phát triển qua 4 giai đoạn: khởi đầu (người tư vấn và nhân viên tập sự bắt đầu mối quan hệ), đào tạo (người tư vấn làm việc với nhân viên tập sự), cách ly (nhân viên tập sự và người tư vấn ít có thời gian bên nhau) và tái định nghĩa (mối quan hệ người tư vấn – nhân viên tập sự hoặc kết thúc hoặc chuyển sang mối quan hệ khác). Nghiên cứu ủng hộ quá trình phát triển này cũng như lợi ích của việc có người tư vấn (Chao, 1997). Rõ ràng, nhân viên tập sự rất có lợi khi có người tư vấn.

Người tư vấn được gì trong mối quan hệ? Trong Chương 1, chúng ta hiểu rằng các quan điểm trong thuyết của Erikson (1982) bao gồm các khía cạnh quan trọng của tuổi trưởng thành liên quan với làm việc. Giúp đỡ một nhân viên trẻ hơn tập quen với công việc là cách để thực hiện các khía cạnh trong giai đoạn khả năng sản xuất của Erikson. Như chúng ta sẽ hiểu chi tiết hơn trong Chương 12, khả năng sản xuất phản ánh nhu cầu của người lớn

ở tuổi trung niên đảm bảo sự liên tục của xã hội thông qua những hoạt động như xã hội hóa hoặc có con. Trong bối cảnh công việc, khả năng sản xuất thường được thể hiện thông qua vai trò tư vấn. Nhất là, người tư vấn đảm bảo rằng có một số tính liên tục trong sự hợp tác hoặc nghề nghiệp chuyên môn bằng cách truyền thụ kiến thức và kinh nghiệm mình tích lũy trong nhiều năm. Trong tư cách một người tư vấn giúp người ở tuổi trung niên thực hiện nhu cầu đảm bảo tính liên tục của xã hội và hoàn thành hoặc sản xuất ra một điều gì đó đáng giá (Erikson, 1982).

Một số tác giả cho rằng nữ cần người tư vấn nhiều hơn nam vì họ nhận được ít sự xã hội hóa hơn trong các kỹ năng cần thiết để đạt hiệu quả ở nơi làm việc (Busch, 1985). Nữ có người tư vấn cũng có kỳ vọng cao hơn về cơ hội thăng tiến trong nghề nghiệp (Baugh, Lankau, & Scandura, 1996). Tuy nhiên, nữ dường như có thời điểm khó khăn hơn khi tìm người tư vấn thích hợp, một số chứng cứ cho thấy chỉ 1/3 số phụ nữ có nghề chuyên môn tìm được người tư vấn là những người ở đầu tuổi trưởng thành (Kittrell, 1998). Một lý do là chỉ có một vài vai trò mẫu là nữ như phụ nữ trong ảnh chụp có thể thực hiện chức năng tư vấn nhất là trong quản lý cấp cao. Điều này thật không may nhất là đối với chứng cứ cho thấy phụ nữ có những người tư vấn là nữ thường có năng suất cao hơn phụ nữ có người tư vấn là nam (Goldstein, 1979). Mặc dù nhiều phụ nữ trẻ báo cáo rằng họ cảm thấy dễ chịu khi làm việc chung với người tư vấn nam (Olian và người khác, 1988), các nhà nghiên cứu lưu ý rằng mối quan hệ nhân viên tập sự nữ – người tư vấn nam có thể bao gồm mâu thuẫn và căng thẳng do sắc thái giới tính có thể, thậm chí khi không có bên nào có hành vi giới tính công khai (Kram, 1985).



HÀI LÒNG VỚI CÔNG VIỆC

Hài lòng với công việc *là cảm giác tích cực có được qua sự đánh giá đúng việc làm của mình.* Nói chung, hài lòng với công việc thường tăng dần theo độ tuổi (James & Jones, 1980). Sự hài lòng tăng dần đi kèm với một số yếu tố:

- Khi nhân viên lớn tuổi hơn, họ có nhiều thời gian tìm công việc mà họ cảm thấy vui.
- Khi nhân viên lớn tuổi hơn, họ hài lòng với các khía cạnh bên trong, cá nhân trong công việc hơn là các khía cạnh bên ngoài chẳng hạn như tiền lương (Morrow & McElroy, 1987).
- Khi nhân viên lớn tuổi hơn, họ sẽ nhẫn nhục chịu đựng trước sự việc không chắc được cải thiện, kết quả có sự phù hợp giữa mong muốn của nhân viên và thuộc tính của công việc (White & Spector, 1987).
- Khi nhân viên lớn tuổi hơn, họ ít nghĩ đến đời tư hơn một phần vì họ đã có được sự thành công trong nghề nghiệp (Bray & Howard, 1983), vì thế việc làm họ hài lòng sẽ không khó.

Tuy nhiên, sự hài lòng với công việc không phải hoàn toàn tăng theo thời gian, mà đúng ra theo một mẫu chu kỳ. Shirom và Mazeh (1988) nhận thấy sự hài lòng có thể dao động theo chu kỳ dựa theo

những thay đổi mà con người cố ý tạo ra trong nghề nghiệp của mình. Sự hài lòng với công việc tăng theo thời gian vì người ta thay đổi công việc hoặc trách nhiệm rất thường xuyên, bằng cách này để cho nghề nghiệp của mình thêm thú vị và đầy thử thách. Shirom và Mazeh hình dung sự hài lòng với công việc có thể theo chu kỳ như thế nào? Muốn tìm câu trả lời, hãy đọc phần Nghiên cứu nổi bật.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: TÍNH CHU KỲ VÀ SỰ HÀI LÒNG VỚI CÔNG VIỆC



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Tại sao sự hài lòng với công việc thường tăng theo độ tuổi? Một giả thuyết cho rằng sự hài lòng với công việc có mối quan hệ phức tạp với độ dài thời gian của cá nhân trong công việc, chứ không phải liên quan đến độ tuổi. Sự hài lòng có thể rất cao khi lúc đầu vào công việc, ổn định hoặc giảm trong giai đoạn giữa rồi sau đó tăng cao trở lại. Mỗi lần cá nhân đổi công việc thì chu kỳ lặp lại Arie Shirom và Tsevi Mazeh (1988) kiểm tra giả thuyết này và tìm hiểu liệu chu kỳ này có xảy ra không?

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Shirom và Mazeh phân phát các bảng câu hỏi có các hạng mục đánh giá sự hài lòng của giáo viên với tiền lương, giờ dạy, địa vị xã hội, liên lạc với học sinh, tính tự quản, cơ hội phát triển chuyên môn và cơ hội thực hiện mục tiêu giáo dục.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Một mẫu đại diện cho 900 giáo viên trung học cơ sở Israel với nhiều thâm niên khác nhau tham gia.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Shirom và Mazeh nghiên cứu tính chất chu kỳ của sự hài lòng với công việc sử dụng thiết kế nghiên cứu cắt ngang. Bằng cách áp dụng kỹ thuật phân tích dữ liệu tinh vi, họ có khả năng nhận dạng những thay đổi trong sự hài lòng với công việc trong từng năm.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không có sự quan tâm trong nghiên cứu này, chủ đề không gây nhiều tranh cãi cũng như không có khả năng tạo ra suy nghĩ tiêu cực.

Kết quả ra sao? Shirom và Mazeh nhận thấy rằng sự hài lòng với công việc của giáo viên theo các chu kỳ năm năm có hệ thống liên quan mật thiết với thâm niên nhưng không liên quan đến độ tuổi. Nghĩa là chu kỳ bắt đầu khi người ta bắt đầu công việc và mức độ hài lòng liên kết với thời gian người ta làm trong công việc ấy. Vì độ tuổi mà người ta bắt đầu công việc dạy học mới có thể khác biệt rất lớn nên Shirom và Mazeh có khả năng chứng minh rằng chu kỳ không có liên quan gì đến tuổi của giáo viên, mọi độ tuổi đều thể hiện mẫu cơ bản như nhau.

Thú vị nhất, Shirom và Mazeh lưu ý có sự thay đổi liên quan với công việc, nghỉ vào ngày lễ sabbat, hoặc thay đổi trong sự phân công trong trường học trông có vẻ diễn ra trong khoảng mỗi năm năm. Họ kết luận rằng những thay đổi như thế lại khởi đầu chu kỳ hài lòng với công việc cao. Khi theo dõi qua quá trình kéo dài, chu kỳ có vẻ thể hiện sự gia tăng ổn định trong sự hài lòng với công việc nói chung. Sự tăng dần sự hài lòng với công việc dài hạn nhất quán với việc phát hiện sự tăng dần sự hài lòng với công việc theo độ tuổi, cho dù tính chất chu kỳ cơ bản của sự hài lòng với công việc không liên quan với độ tuổi.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Một ngụ ý quan trọng trong dữ liệu của Shirom và Mazeh là sự thay đổi có thể cần thiết cho sự hài lòng với công việc dài hạn. Mặc dù nghề dạy học đã thay đổi (chẳng hạn nghỉ lễ sabbat), nhưng nhiều nghề khác thì không (Latack, 1984). Dựa vào dữ liệu của Shirom và Mazeh, tùy chọn thay đổi theo chu kỳ trong cấu trúc công việc có lẽ cũng mang lại đến các nghề nghiệp khác.

Xa lánh và kiệt sức

Không có công việc nào là hoàn hảo, luôn có điều tốt cũng như điều xấu. Có lẽ giờ giấc không tối ưu, tiền lương thấp hơn mức mình muốn, hoặc ông chủ nhân cách cộc cằn. Đối với hầu hết nhân viên, những tiêu cực như thế là sự bực mình đơn thuần. Nhưng đối với người khác, như nhân viên



kiểm soát không lưu trong ảnh bên trên, tình huống cực kỳ căng thẳng trong công việc dẫn đến kết quả vô cùng bất hạnh với công việc: xa lánh và kiệt sức.

Khi nhân viên cảm thấy rằng những gì mình đang làm là vô nghĩa và nỗ lực của mình bị mất giá trị hoặc khi mình không nhìn thấy được sự liên kết giữa những gì mình đang làm và thành phẩm thì chắc chắn sẽ có cảm giác xa lánh. Studs Terkel (1974) phỏng vấn nhiều nhân viên xa lánh và nhận thấy tất cả nhân viên này thể hiện suy nghĩ cho rằng mình không ai biết đến, một bánh răng giấu mặt trong một cỗ máy to đùng.

Có nhiều khả năng cảm thấy bị xa lánh nhất khi họ thực hiện những hành động lặp đi lặp lại như nhân viên làm việc trên dây chuyền (Terkel, 1974). (thật thú vị, phần lớn chức năng trong số này đều được robot thực hiện và tự động hóa). Nhưng các nhân viên khác cũng có cảm giác bị xa lánh. Nhất là từ khi các công ty bắt đầu giảm biên chế trong thập niên 1980, nhiều nhà quản lý trung cấp không có được cùng mức bảo đảm an toàn trong công việc như mình từng có. Do đó, suy nghĩ của họ đối với người tuyển dụng trong nhiều trường hợp trở nên tiêu cực hơn (Roth, 1991).

Người tuyển dụng giải quyết việc xa lánh của nhân viên như thế nào? Nghiên cứu cho thấy thật có ích khi đưa nhân viên tham gia quá trình ra quyết định, tạo ra thời biểu làm việc linh động, và tổ chức các chương trình phát triển và thúc đẩy nhân viên (Roth, 1991). Thật ra, nhiều cơ quan đã đặt ra các thông lệ mới như quản lý toàn bộ chất lượng (TQM), Một phần như cách giải quyết sự xa lánh của nhân viên. TQM và các tiếp cận liên quan tạo nỗ lực chung để đưa nhân viên tham gia điều hành và quản lý nhà máy hoặc văn phòng của mình. Chương trình như thế tỏ ra hiệu quả, giảm tệ nhân viên hay vắng mặt và chất lượng công việc được cải thiện trong cơ quan thực hiện chương trình (Offermann & Growing, 1990).

Đôi khi tiến độ và áp lực của nghề nghiệp nhiều hơn mức chịu đựng của một người dẫn đến sự kiệt sức, *tước mất nghị lực và động cơ thúc đẩy của cá nhân, mất đi quan niệm lý tưởng về nghề nghiệp và suy nghĩ mình bị bóc lột.* Kiệt sức là một hội chứng căng thẳng, mang đặc điểm sự cạn kiệt cảm xúc, mất nhân cách và thành tích cá nhân giảm sút (Cordes & Dougherty, 1993). Kiệt sức thường gặp nhất ở những người có nghề chuyên môn hỗ trợ như dạy học, công tác xã hội và chăm sóc y tế (Cordes & Dougherty, 1993). Chẳng hạn, điều dưỡng trong các bộ phần hồi sức cấp cứu như điều dưỡng trong ảnh chụp bên dưới có mức độ kiệt sức vì căng thẳng cao



(Iskra và người khác, 1996). Những người trong các nghề này phải luôn giải quyết vấn đề phức tạp của người khác, thường trong thời gian nhanh nhất. Đối mặt với những áp lực này mỗi ngày cùng với công việc giấy tờ quan liêu, trở thành quá mức chịu đựng của nhân viên. Lý tưởng không còn nữa, sự thất vọng nảy sinh, mất ảo tưởng và kiệt sức xuất hiện. Tóm lại, nhân viên bị kiệt sức. Tình hình càng thâm nghiêm trọng khi người ta làm việc theo ca nhiều tiếng trong công việc căng thẳng (Iskra và người khác, 1996).

Cách bảo vệ tốt nhất để chống kiệt sức dường là kỹ thuật giảm bớt căng thẳng, hạ thấp kỳ vọng của người khác về mình, và tăng cường sự giao tiếp trong nội bộ cơ quan. Giữa các ca làm việc căng thẳng nên có thời gian nghỉ lâu hơn (Iskra và người khác, 1996).

Không ai trong nghề hỗ trợ có thể giải quyết mọi vấn đề một cách hoàn hảo, hạ thấp kỳ vọng về những gì có thể là hiện thực sẽ giúp nhân viên giải quyết những hạn chế trong thế giới thực. Tương tự, việc cải thiện giao tiếp trong nhiều bộ phận khác nhau trong cơ quan, thông báo cho nhân viên biết kết quả nỗ lực của họ, cho họ ý thức được việc mình đang làm về lâu dài quan trọng như thế nào. Sau cùng nghiên cứu cũng cho rằng sự thiếu hỗ trợ của đồng nghiệp làm cho mất nhân cách, cải thiện sự giúp đỡ như thế thông qua sự chung sức có thể là sự can thiệp hiệu quả (Corrigan và người khác, 1994).

Tóm lại, làm cho nhân viên cảm thấy rằng họ quan trọng với cơ quan bằng cách cho họ tham gia ra quyết định, làm cho các kỳ vọng trở nên thực tế, đảm bảo truyền đạt tốt và tăng cường sự chung sức giúp nhân viên tránh cảm giác bị xa lánh và kiệt sức. Khi cơ quan thông qua nhiều kiểu quản lý khác nhau, có thể đạt được những mục tiêu này.

TỰ KIỂM TRA

1. So với nhân viên cách đây một vài thập niên, nhân viên ngày nay quan tâm đến tự do cá nhân, phát triển cá nhân và ______ nhiều hơn.
2. Thuyết của Holland giải quyết mối quan hệ giữa nghề nghiệp và ______.
3. Super cho rằng qua nhiều năm làm việc, con người được định vị dọc theo một chuỗi tiếp nối ______.
4. Vai trò của người tư vấn vừa là người thầy, vừa là bảo trợ, vừa là người mẫu và vừa là ______.
5. Nghiên cứu gần đây chứng minh rằng sự hài lòng với công việc không tăng nhất quán khi con người lớn tuổi mà đúng ra sự hài lòng có thể ______.
6. Hai khía cạnh tiêu cực của sự hài lòng với công việc là xa lánh ______.
7. Có sự liên hệ gì giữa thuyết của Holland, sự phát triển nghề nghiệp và sự hài lòng với công việc? Những quan hệ này có khác nhau trong trường hợp cá nhân có sự phù hợp tốt giữa nhân cách và nghề nghiệp hơn là sự phù hợp khập khiễng hay không?

Trả lời: (1) cộng tác, (2) nhân cách, (3) thuyết Nghề nghiệp, (4) người tư vấn, (5) chu kỳ, (6) kiệt sức.

VẤN ĐỀ GIỚI TÍNH, DÂN TỘC VÀ ĐỐI XỬ PHÂN BIỆT

Mục tiêu nghiên cứu

- **Kỳ vọng nghề nghiệp của phái nam và phái nữ khác nhau ra sao? Người ta được nhận xét ra sao khi họ tham gia nghề nghiệp vốn không phải là truyền thống đối với phái của mình?**
- **Yếu tố nào liên quan đến sự phát triển nghề nghiệp của phụ nữ?**
- **Yếu tố nào ảnh hưởng đến kinh nghiệm nghề nghiệp và sự phát triển nghề nghiệp của nhân viên thuộc dân tộc thiểu số?**
- **Loại định kiến và đối xử phân biệt gì cản trở sự phát triển nghề nghiệp của phụ nữ và nhân viên thuộc dân tộc thiểu số?**

JANICE, *một nhân viên quản lý người Mỹ gốc Phi 35 tuổi làm việc trong một công ty tư vấn kinh doanh, lo ngại vì nghề nghiệp của cô không tiến bộ nhanh như cô nghĩ. Janice làm việc chăm chỉ và được đánh giá hoạt động xuất sắc mỗi năm. Nhưng cô nhận thấy có quá ít phụ nữ trong các vị trí quản lý cấp cao trong công ty. Janice tự hỏi liệu mình có được đề bạt hay không.*

Chọn nghề và phát triển nghề đối với mọi người không giống nhau, như Janice đang nhận thấy. Giới tính, dân tộc và độ tuổi có thể tạo ra rào cản trong việc đạt được mục tiêu nghề nghiệp. Mặc dù cùng một nghề, nhưng nam và nữ được mô tả trong ảnh chụp trang 474 phát xuất từ các nền tảng khác nhau. Mỗi người nhận được sự xã hội hóa có phần nào khác nhau khi còn bé và ở tuổi vị thành niên, làm cho họ dễ hoặc khó hơn trong việc tìm hiểu nghề nghiệp trong nghề y tế. Định kiến và đối xử phân biệt cũng tạo ra rào cản dẫn đến sự thành công trong nghề nghiệp. Trong phần này, chúng ta sẽ hiểu tốt hơn về những rào cản cá nhân và cấu trúc vốn đang tồn tại đối với nhiều người.

SỰ KHÁC BIỆT GIỚI TÍNH TRONG VIỆC CHỌN NGHỀ

Theo truyền thống, nam được chuẩn bị từ thời thơ ấu cho nghề nghiệp sau này. Con trai từ rất sớm hiểu rằng đàn ông được người khác biết đến qua công việc mình đang làm, và con trai được khuyến khích suy nghĩ về nghề nghiệp mình thích chọn. Thành tựu nghề nghiệp được nhấn mạnh như một yếu tố cốt lõi của nam tính. Kỹ năng xã hội quan trọng được dạy thông qua các trò chơi đồng đội, trong đó con trai học cách chơi theo luật, chấp nhận thất bại nhưng không nản chí, nghe theo hướng dẫn của trưởng nhóm và tiến dần trong hệ thống thứ bậc lãnh đạo bằng cách chứng minh năng lực của mình được bạn bè khác đánh giá cao.

Theo truyền thống, phụ nữ không được đào tạo theo cách này. Kỹ năng họ học



được hoàn toàn khác hẳn: phải thích nghi, cung kính, hòa nhã, và thông cảm ra sao (Shainess, 1984). Tuy nhiên, người ta ngày càng chú trọng đến tầm quan trọng của việc cung cấp các kỹ năng cần thiết trong nghề nghiệp của phái nữ bên ngoài gia đình. Sự phát triển các chương trình thể thao dành cho nữ tạo cho phái nữ có cơ hội học hỏi kỹ năng quan trọng.

Với hơn 63% phụ nữ làm việc bên ngoài gia đình (Bộ lao động Mỹ, 1996) và con số này có lẽ sẽ tiếp tục tăng, điều đặc biệt quan trọng là phụ nữ tiếp xúc với các cơ hội xã hội hóa nghề nghiệp giống như nam giới. Tuy nhiên, rào cản cấu trúc chính trong việc chọn nghề của phụ nữ vẫn còn (Schwartz, 1992; Shaiko, 1996; Yamagata và người khác, 1997). Vẫn còn nhiều cơ hội nghề nghiệp dành cho nam hơn là nữ (Lyness & Thompson, 1997).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Thay đổi nào trong trường học của trẻ và các kinh nghiệm xã hội hóa khác cho phép con gái có được kỹ năng khác nhau?

Nghề nghiệp truyền thống và không truyền thống

Trong quá khứ, phụ nữ làm việc bên ngoài gia đình thường gia nhập những nghề truyền thống. Phụ nữ chiếm đa số như thư ký, giáo viên và công tác xã hội. Điều này chủ yếu là do sự xã hội hóa phụ nữ trong những loại nghề nghiệp này. Tuy nhiên, khi có nhiều phụ nữ tham gia lực lượng lao động và khi cơ hội mới được mở ra cho phụ nữ, thì ngày càng có nhiều phụ nữ làm việc trong các nghề theo truyền thống thường do nam giới chiếm lĩnh, chẳng hạn như xây dựng và kỹ thuật. Nghiên cứu trong lĩnh vực này tập trung vào ba vấn đề (Swanson, 1992): chọn nghề không truyền thống, đặc điểm của phụ nữ trong nghề không truyền thống và nhận thức nghề nghiệp không truyền thống.

Tại sao một số phụ nữ thường chọn nghề không truyền thống có vẻ như liên quan đến suy nghĩ và kinh nghiệm cá nhân cũng như kỳ vọng về nghề nghiệp (Brooks & Betz, 1990). Về kinh nghiệm cá nhân, phụ nữ học các trường trung học dành riêng cho nữ và có cả anh lẫn chị ít nhất cũng chọn nghề truyền thống, rõ ràng là vì phụ nữ tiếp xúc với nhiều tùy chọn hơn và ít có suy nghĩ rập khuôn vai trò giới tính hơn (Rubenfeld & Gilroy, 1991). Suy nghĩ cá

nhân cũng quan trọng, một nghiên cứu học sinh Nhật Bản nhận thấy phụ nữ có thái độ tự tin thấp đáng kể về khả năng thực hiện các nghề do nam giới chiếm lĩnh hơn là các nghề do nữ giới chiếm lĩnh (Matsui, Ikeda, & Ohnishi, 1989).

Đặc điểm của phụ nữ trong các nghề không truyền thống cũng được nghiên cứu. Betz, Heesacker, và Shuttleworth (1990) phát hiện rằng phụ nữ có điểm số cao về nữ tính, theo định nghĩa thừa nhận vai trò nữ tính truyền thống và số phụ nữ trong những nghề do phụ nữ chiếm lĩnh có sự phù hợp kém nhất giữa khả năng và sự chọn nghề của phụ nữ. Những chứng cứ này có nghĩa là phụ nữ có điểm số cao trong các đánh giá nữ tính truyền thống khó tìm được nghề nghiệp giúp họ tận dụng được khả năng của mình. Ngoài ra, phụ nữ trong các nghề do phụ nữ chiếm lĩnh nói chung thường nhận thấy công việc không cho phép mình sử dụng hết khả năng hiện có. Tóm lại, có vẻ như nhiều phụ nữ gặp khó khăn trong việc tìm nghề phù hợp với kỹ năng của mình.

Bất chấp nỗ lực làm mất tác dụng của suy nghĩ rập khuôn giới tính trong nghề, phụ nữ chọn nghề không truyền thống vẫn được bị bạn đồng tuổi khác phái phản đối cho dù họ có sự hài lòng với công việc cao (Brabeck & Weisgerber, 1989; Pfost & Fiore; 1990). Chứng cứ này cũng ủng hộ nghiên cứu giữa các nền văn hóa với nhau. Trong một nghiên cứu được tiến hành ở Ấn Độ, cả nam lẫn nữ đều đánh giá "sự đáng tôn trọng" đối với nam cao hơn nữ trong cùng một nghề (Kanekar, Kolsawalla, & Nazareth, 1989). Thậm chí người ta còn kết luận về điều kiện làm việc dựa trên nhận thức của mình về một nghề nghiệp có phải là của nữ hoặc của nam theo truyền thống hay không. Scozzaro và Subich (1990) báo cáo rằng những nghề như công việc văn phòng được mô tả được xem là tạo ra điều kiện làm việc dễ chịu, trong khi nghề nghiệp do nam giới chiếm lĩnh được xem là có lương cao và khả năng đề bạt. Tệ hơn cả, người ta ít có khả năng nhận thức khả năng xảy ra sự ép buộc tình dục như quấy rối khi phụ nữ làm việc trong một nghề không truyền thống (Burgess & Borgida, 1997).



Kết hợp lại với nhau, những nghiên cứu này chứng minh rằng chúng ta còn phải cố gắng nhiều trước khi con người có thể chọn được một nghề bất kỳ mà mình muốn nhưng không phải đấu tranh với suy nghĩ rập khuôn liên quan giới tính. Mặc dù sự khác nhau trong cơ hội dành cho phụ nữ trong các nghề truyền thống và không truyền thống đang thu hẹp, nhưng sự khác biệt lớn vẫn còn. Sau cùng, hầu như không có nghiên cứu nào tìm hiểu sự khác nhau ở nam giới trong các nghề truyền thống và không truyền thống (Swanson, 1992). Sự thiếu dữ liệu này gây rắc rối vì không trả lời được những câu hỏi quan trọng như tại sao nam chọn nghề truyền thống hoặc không truyền thống và tại sao một số nam giới vẫn còn suy nghĩ rập khuôn giới tính về nghề nghiệp cụ thể.

PHỤ NỮ VÀ PHÁT TRIỂN NGHỀ NGHIỆP

Nếu bạn phải đoán phụ nữ trong ảnh (trang 476) vừa tốt nghiệp đại học sẽ làm nghề gì trong 10 năm nữa thì bạn đoán



ra sao? Bạn có đoán rằng cô ấy sẽ theo mãi nghề nghiệp của mình hay không? Cô ấy sẽ bỏ nghề để tìm nghề khác? Betz (1984) muốn biết câu trả lời cho những câu hỏi này, vì thế cô nghiên cứu lịch sử nghề nghiệp của 500 phụ nữ 10 năm sau khi tốt nghiệp đại học. 2/3 số phụ nữ này gắn bó với nghề, 70% đều làm nghề theo truyền thống dành cho nữ. Hầu hết đều có việc làm liên tục sau khi ra trường. Chỉ có 1% ở nhà làm nội trợ trong suốt 10 năm, 79% báo cáo rằng họ đã kết hợp thành công giữa nghề nghiệp với công việc nội trợ. Phụ nữ trong các nghề truyền thống dành cho nữ thay đổi công việc ít thường xuyên hơn. Nếu thay đổi, thì thường chuyển sang công việc ở cấp thấp hơn và lương thấp hơn so với những thay đổi ở phụ nữ trong các nghề không truyền thống.

Một câu hỏi thú vị là tại sao phụ nữ trình độ cao lại bỏ nghề trông có vẻ có lương cao. Nghiên cứu phụ nữ có bằng cử nhân có con nhận dạng nhiều vấn đề gia đình và nơi làm việc (Rosin & Korabik, 1990, 1991). Trách nhiệm gia đình, chẳng hạn như chăm sóc con cái có vẻ là trách nhiệm quan trọng nhất đối với các bà mẹ làm việc bán thời gian. Đối với những phụ nữ này, sắp xếp chăm sóc con cái thích hợp hoặc có khả năng linh động khi ở nhà khi con đi học về thường tạo ra sự khác biệt giữa khả năng chấp nhận một công việc hoặc ở nhà. Trái lại, các bà mẹ quyết định làm việc toàn thời gian giải quyết vấn đề chăm sóc con. Vấn đề nơi làm việc quan trọng nhất đối với những phụ nữ này là liên quan đến giới tính. Môi trường làm không khuyến khích hoặc không nhạy cảm, chính trị tổ chức, và thiếu cơ hội phát triển nghề nghiệp đối với phụ nữ làm việc toàn thời gian có vẻ quan trọng nhất (Schwartz, 1992). Trong trường hợp, phụ nữ đang tập trung vào các vấn đề tạo ra rào cản đối với sự phát triển nghề nghiệp của mình và tìm cách để vượt rào cản.

Những rào cản như thế là lý do quan trọng giải thích tại sao sự tham gia lực lượng lao động của phụ nữ bị gián đoạn. Vì phụ nữ không thể tìm được sự chăm sóc con cái đáng tin cậy và được cung cấp, hoặc thoải mái chọn việc đảm nhận trách nhiệm này, nhiều phụ nữ ở nhà trong khi con còn nhỏ. Sự tham gia không liên tục làm cho khó duy trì sự thăng tiến trong nghề nghiệp thông qua đề bạt và theo nghĩa giữ vững kỹ năng. Một số phụ nữ tự nguyện chọn cách này, Tuy nhiên, nhiều người nhận thấy mình bị ép buộc phải chọn như thế.

DÂN TỘC VÀ PHÁT TRIỂN NGHỀ NGHIỆP

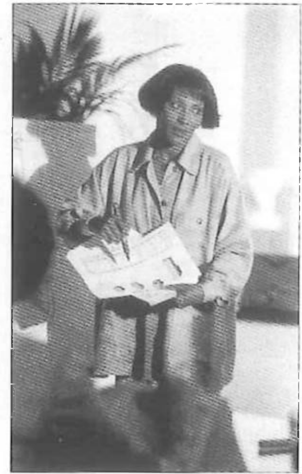
Yếu tố nào liên quan đến việc chọn nghề và phát triển nghề cho những người thuộc các dân tộc thiểu số? Thật không may, nghiên cứu được tiến hành từ quan điểm phát triển chưa có nhiều. Đúng ra, hầu hết các nhà nghiên cứu đều tập trung vào cơ hội hạn chế ở các dân tộc thiểu số và rào cản cấu trúc chẳng hạn như đối xử phân biệt. Hầu hết nghiên cứu phát triển cho đến nay đều tập trung vào các vấn đề chọn nghề và các biến số khuyến khích sự phát triển nghề nghiệp. Ba chủ đề được tập trung nhiều nhất: nghề nghiệp không truyền thống, nhận dạng nghề nghiệp và các vấn đề về khát vọng nghề nghiệp.

Phụ nữ Mỹ gốc Phi và phụ nữ Mỹ gốc Âu theo nghĩa dự định tham gia nghề nghiệp không truyền thống (Murrell, Frieze, & Frost, 1991). Tuy nhiên, phụ nữ Mỹ gốc Phi chọn nghề không truyền thống thường dự định phải có trình độ chính qui cao hơn mức cần thiết để đạt được mục tiêu. Điều này thật ra làm cho họ có năng lực cao hơn công việc họ đang làm, chẳng hạn, một phụ nữ có bằng đại học sẽ làm công việc không đòi hỏi trình độ văn hóa.

Nhận dạng nghề nghiệp là mức độ ở đó người ta xem nghề nghiệp của mình như một yếu tố nhận dạng quan trọng. Nghiên cứu chứng minh rằng nhận dạng nghề nghiệp thay đổi ở cả dân tộc lẫn giới tính. So với phụ nữ Mỹ gốc Âu và nam giới Mỹ gốc Tây Ban Nha, thì nam giới Mỹ gốc Phi và Mỹ gốc Âu có nhận dạng nghề nghiệp cao hơn khi họ tốt nghiệp đại học (Steward & Krieshok, 1991). Nhận dạng nghề nghiệp thấp hơn nghĩa là người ta xác định mình chủ yếu theo nghĩa khía cạnh cuộc sống hơn là công việc.

Khát vọng nghề nghiệp của một người là loại nghề nghiệp người ấy ao ước có. Trái lại, kỳ vọng nghề nghiệp là nghề nghiệp mà người ta nghĩ rằng mình có được thật sự. Người Mỹ gốc Tây Ban Nha khác người Mỹ gốc Âu trong nhiều cách liên quan đến những biến số này. Họ có khát vọng nghề nghiệp cao nhưng kỳ vọng nghề nghiệp thấp, và họ khác nhau trong trình độ văn hóa như một chức năng nguồn gốc dân tộc, địa vị chung, và giai cấp xã hội (Arbona, 1990). Tuy nhiên, người Mỹ gốc Tây Ban Nha giống người Mỹ gốc Âu trong giá trị công việc và phát triển nghề nghiệp.

Nghiên cứu sự phát triển nghề nghiệp của nhân viên dân tộc thiểu số rõ ràng ở một điểm: liệu một tổ chức có đáp ứng nhu cầu của các dân tộc thiểu số như người phụ nữ Mỹ gốc Phi trong ảnh chụp tạo ra sự khác biệt lớn đối với nhân viên hay không.



Cả các nhà quản lý người Mỹ gốc Âu lẫn dân tộc thiểu số đều xem tổ chức của mình đáp ứng và tích cực đối với nhân viên dân tộc thiểu số hài lòng và ràng buộc với tổ chức nhiều hơn (Burke, 1991a, 1991b). Nhưng vẫn còn nhiều việc phải thực hiện. Các nhà quản lý Mỹ gốc Phi báo cáo sự chọn công việc ít hơn, sự chấp nhận ít hơn, sự bất mãn nghề nghiệp nhiều hơn, đánh giá thực hiện và khả năng được đề bạt thấp hơn, và đạt đến bình diện nghề nghiệp nhanh hơn các nhà quản lý Mỹ gốc Âu (Greenhaus, Parasuraman, & Wormley, 1990). Hơn 60% nhân viên tập sự Mỹ gốc Phi có người tư vấn là Mỹ gốc Âu, điều này gây rắc rối vì người tư vấn cùng dân tộc giúp đỡ tâm lý xã hội nhiều hơn người tư vấn thuộc các dân tộc khác (Thomas, 1990). Tuy nhiên, có người tư vấn còn lợi hơn là không có người nào (Bridges, 1996).

ĐỊNH KIẾN VÀ ĐỐI XỬ PHÂN BIỆT

Từ thập niên 1960, các tổ chức ở Mỹ bắt đầu cảm nhận được vấn đề định kiến và đối xử phân biệt ở nơi làm việc. Quá trình tuyển dụng, đề bạt và kết thúc thường được nghiên cứu tỉ mỉ trong nhiều vụ án dẫn đến kết quả có nhiều phán quyết được đưa ra nhằm kiểm soát quá trình này.

Định kiến giới tính và đề bạt đụng trần

Cho dù đa số phụ nữ làm việc xa nhà, nhưng phụ nữ trong các công việc địa vị

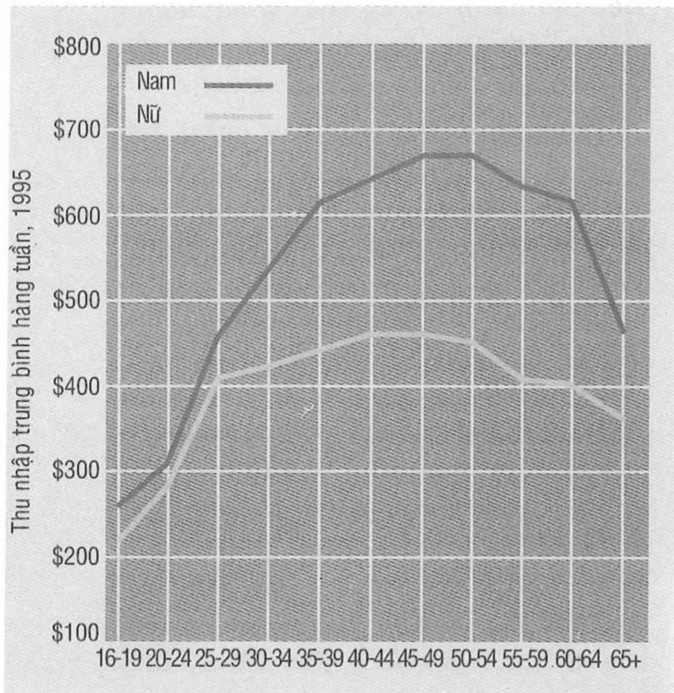



cao là điều đáng chú ý (Morrison và người khác, 1992). Cho đến năm 1981 mới có một người, Sandra Day O'Connor, được bổ nhiệm vào Tối cao pháp viện Mỹ, phải mất 12 năm nữa mới bổ nhiệm người phụ nữ thứ hai, Ruth Bader Ginsburg. Như Janice lưu ý trong phần minh họa một vài phụ nữ làm việc ở các vị trí cao nhất trong các tập đoàn lớn, phụ nữ chủ yếu vượt trội về số lượng ở các lớp cuối cấp trong hầu hết các trường cao đẳng và đại học.

Tại sao có quá ít phụ nữ như thế? *Lý do quan trọng nhất là* đối xử phân biệt giới tính, *không giao công việc cho một người chỉ dựa vào lý do duy nhất người ấy là nam hay nữ*. Baron và Bielby (1985) không thẳng thắn đề cập vấn đề đối xử phân biệt giới tính. "phân tích của chúng tôi mô tả đối xử phân biệt [giới tính] xảy ra đều khắp, hầu như ở khắp mọi nơi được các cấu trúc và quá trình tổ chức khác nhau duy trì. Ngoài ra, sự phân biệt này hạn chế cơ hội nghề nghiệp của phụ nữ bằng cách ngăn cản sự tiếp cận thị trường lao động trong nước và phúc lợi của họ" (Baron & Bielby, 1985, trang 245). Bất chấp một số tiến bộ trong hơn hai thập niên qua, đối xử phân biệt giới tính vẫn còn phổ biến, phụ nữ bị nam giới ở địa vị cao nhất gạt ra khỏi các công việc địa vị cao (Lyness & Thompson, 1997; Shaiko, 1996; Yamagata và người khác, 1997).

Bản thân phụ nữ ám chỉ đề bạt đụng trần, *mức độ mà họ có thể được đề bạt trong công ty nhưng không thể vượt qua khỏi mức ấy*. Vấn đề này thể hiện rõ nhất trong các công ty phân loại công việc thành nhiều cấp khác nhau (như ngành Dân Chính). Rào cản lớn nhất mà phụ nữ đối mặt là ở giới hạn giữa các cấp công việc bậc thấp hơn và bậc cao hơn (Morrison và người khác, 1992). Phụ nữ như Janice thường được đề bạt lên vị trí cao nhất của bậc thấp hơn và dậm chân tại chỗ, trong khi nam giới dễ được đề bạt lên bậc cao hơn, cho dù khi các yếu tố khác chẳng hạn như thuộc tính và năng lực cá nhân được khống chế (DiPrete & Soule, 1988). Thật ra, nghiên cứu theo chiều dọc phụ nữ trong các lớp trung học vào 1972 chứng minh rằng bất chấp thành tích giáo dục tốt hơn nhưng thành tựu của phụ nữ ở nơi làm việc bị các rào cản cấu trúc hạn chế (Adelman, 1991). Bộ lao động Mỹ (1991) thừa nhận rằng tình trạng đề bạt đụng trần đang tràn ngập ở nơi làm việc. Một số kiểm soát biểu thị rằng hơn 90% phụ nữ nghĩ rằng có tình trạng này ở nơi làm việc. Chứng cứ chắc chắn của đề bạt đụng trần được tìm thấy ở các công ty tư nhân (Lyness & Thompson, 1997), các cơ quan chính phủ (Yamagata và người khác, 1997), và các tổ chức phi lợi nhuận (Shaiko, 1996). Thật ra, ước tính là nếu tỷ lệ đề bạt như hiện nay cứ tiếp diễn thì phải đến cuối thế kỷ thứ 25 phụ nữ mới được bình đẳng với nam giới trong hàng ngũ giám đốc điều hành (Tổ chức đa số nữ quyền, 1991).

Ngoài phân biệt đối xử trong tuyển dụng và đề bạt ra, phụ nữ còn bị phân biệt đối xử trong tiền lương. Theo Bộ lao động Mỹ, trong nhiều nghề nghiệp, nam giới về cơ bản được trả lương nhiều hơn phụ nữ trong cùng một nghề, thật ra tính trung bình phụ nữ được trả lương chưa bằng ¾ những gì nam giới lãnh được mỗi năm (Bộ lao động Mỹ, 1997). Tình hình này còn tệ



hơn đối với phụ nữ da màu, phụ nữ Mỹ gốc Phi chỉ bằng 63% và phụ nữ Mỹ gốc Tây Ban Nha chỉ bằng 57% lương của đàn ông da trắng (Castro, 1997). Thậm chí, đáng lo hơn, chênh lệch tiền lương giữa hai phái vẫn rất cao cho dù trình độ văn hóa bằng nhau (Castro, 1997).

Con số bình quân như thế cho thấy các khía cạnh phát triển quan trọng trong sự khác biệt giới tính: Khoảng cách chênh lệch tiền lương càng lớn so với số năm làm việc của phụ nữ (Castro, 1997). Như bạn thấy trong biểu đồ, khoảng cách chênh lệch bắt đầu mở rộng thật nhanh ở độ tuổi 30 và vẫn giữ mức như thế cho đến tuổi 65. Những khác biệt mở rộng này phản ánh một số yếu tố: phân biệt đối xử giới tính, sự tham gia lực lượng lao động không liên tục của phụ nữ, và số lượng phụ nữ không cân xứng ở các công việc lương thấp (Castro, 1997).

Có nhiều cách giải quyết vấn đề này. *Một trong số này là* giá trị có thể so sánh: *trả lương bằng nhau trong các nghề được xác định là ngang nhau về tầm quan trọng nhưng khác nhau trong sự phân bố giới tính của những người đang làm việc.* Việc xác định nghề nghiệp nào cho nam giới chiếm lĩnh nên được xem là ngang bằng với các nghề nghiệp do nữ giới chiếm lĩnh để trả lương có thể là việc khó làm và gây nhiều tranh cãi. Một cách để làm được điều này là đánh giá công việc trung tính, khảo sát tất cả vị trị trong một tổ chức để hình thành chính sách trả lương công bằng (Castro, 1997).

Quấy rối tình dục ở nơi làm việc

Mặc dù quấy rối tình dục phụ nữ đã được dẫn chứng bằng tư liệu trong nhiều thế kỷ nhưng mới được các nhà nghiên cứu chú ý đến nhiều chỉ trong thời gian gần đây (Fitzgerald & Shullman, 1993). Các nhà nghiên cứu Mỹ ngày càng quan tâm sau vụ xét xử của Thượng viện năm 1991 liên quan đến Clarence Thomas, được chỉ định làm việc trong Tối cao pháp viện và Anita Hill, người cáo buộc ông vì tội quấy rối tình dục. Các vụ bê bối loại này liên quan đến nhiều giới chức quân sự và kể cả tổng thống Bill Clinton. Nói chung quấy rối tình dục là một hiện tượng chỉ có ở Mỹ, nhưng đáng buồn hiện tượng này đang diễn ra khắp thế giới (Luo, 1996).

Nghiên cứu quấy rối tình dục tập trung vào các tình huống trong đó có sự khác biệt về sức mạnh giữa hai người, thông thường nam giới mạnh hơn nữ giới (Berdahl, Magley, & Waldo, 1996). Những tình huống như thế tồn tại ở nơi làm việc và trong bối cảnh học thuật (Zappert, 1996). Tuy nhiên, sự quấy rối của bạn đồng tuổi này với bạn đồng tuổi khác cũng diễn ra chẳng hạn như ở bạn cùng lớp trong bối cảnh học thuật (Ivy & Hamlet, 1996).

Có bao nhiêu người bị quấy rối tình dục? Chứng cứ cho thấy khoảng 70% phụ nữ báo cáo rằng "mình đã trải qua hoặc nghe nói xấu hoặc câu nói đùa hoặc lời nhận xét xúc phạm phụ nữ" (Piotrkowski, 1998). Thật thú vị, nam giới báo cáo có mức độ tương tự của hành vi như thế. Số liệu thống kê đáng tin cậy về các hình thức quấy rối tình dục nghiêm trọng hơn chẳng hạn hoạt động tình dục và sờ mó, điều khó thu được hơn một phần là do sự miễn cưỡng của nhiều nạn nhân không muốn báo cáo và do sự khác nhau trong quá trình báo cáo. Thật ra, ước tính chưa đến 5% số nạn nhân báo cáo trường hợp của mình với nhà chức trách (Fitzgerald và người khác, 1988). Cho dù có những khó khăn này một số nghiên cứu dẫn chứng rằng hơn 40% phụ nữ báo cáo bị quấy rối tình dục ở nơi làm việc ít nhất một lần (Fitzgerald & Shullman, 1993). Nạn nhân hầu hết đều là phụ nữ độc thân hoặc đã ly hôn dưới 35 tuổi (Tang & McCollum, 1996).

Bị quấy rối tình dục có ảnh hưởng gì? Chứng cứ nghiên cứu chứng minh có hậu quả rõ ràng, cảm xúc tiêu cực, sức khỏe tâm thần liên quan đến công việc (Schneider, Swan, & Fitzgerald, 1997). Việc xác lập mức độ rất khó vì nhiều phụ nữ cố nói ít lại hoặc giấu phản ứng hoặc suy nghĩ của mình (Tang & McCollum, 1996). Mặc dù đều rõ ràng là người ta không phải bị loại quấy rối tình dục tệ hại nhất mới bị ảnh hưởng. Cho dù bị quấy rối tình dục thường xuyên nhưng mức độ nhẹ cũng có hậu quả tiêu cực đáng kể đối với phụ nữ (Schneider và người khác, 1997).

Quấy rối tình dục có rất nhiều trong khắp công ty (Piotrkowski, đang in, được trích dẫn trong Murray, 1998). Chẳng hạn, nam giới mọi dân tộc làm việc trong các công ty đều có các trường hợp quấy rối tình dục, nhưng họ không phải là những người quấy rối, báo cáo ít có sự hài lòng với công việc của mình. Năng suất trong những công ty như thế cũng giảm sút cũng như đạo đức của nhân viên nói chung.

Dĩ nhiên, đỉnh điểm của vấn đề là điều gì cấu thành tình dục. Điều gì sẽ diễn ra trong tình huống được mô tả trong ảnh chụp để bạn cho rằng đây là sự quấy rối tình dục? Sử dụng những tình huống mơ hồ như thế này là kỹ thuật mà nhiều nhà nghiên cứu sử dụng. Thật ra nghiên cứu về nhận thức điều gì cấu thành hành vi quấy rối tình dục thường đòi hỏi người ta phải đọc lại phần minh họa khả năng có thể xảy ra theo giả thuyết liên quan đến sự đụng chạm gợi ý quan hệ tình dục, nhận xét tình dục, v.v... rồi sau đó mới xác định liệu đây có phải là quấy rối tình dục hay không. Nói chung, phụ nữ có nhiều khả năng xem những hành vi như thế là xúc phạm hơn nam giới (Berdahl, Magley, & Waldo, 1996; Fitzgerald & Ormerod, 1991). *Vì khoảng cách giới tính này trong nhận thức, tòa án Liên bang trong vụ án* Ellison với Brady, *xây dựng* tiêu chuẩn "phụ nữ hợp lý" *làm tiêu chuẩn pháp lý thích hợp để xác định liệu sự quấy rối tình dục có xảy ra hay không.* Nếu một phụ nữ đàng hoàng xem một hành vi mang tính xúc phạm thì tòa án sẽ nghe theo và phán rằng đó là hành vi xúc phạm cho dù người đàn ông không có ý định xúc phạm như thế. Mặc dù tiêu chuẩn này có nhiều khả



năng được nữ hiểu nhiều hơn nam (Wiener và người khác, 1997).

Ngoài giới tính của người nhận thức ra, một số yếu tố khác cũng ảnh hưởng liệu một hành vi có được xem là xúc phạm hay không (Fitzgerald & Ormerod, 1991). Những yếu tố này bao gồm mức độ dứt khoát hoặc cực đoan của hành vi (như hiếp dâm khi hôn thân mật), hành vi của nạn nhân (nạn nhân có chịu trách nhiệm đối với những gì đã diễn ra hay không), tình trạng giám sát (thủ phạm có phải là người trực tiếp giám sát nạn nhân hay không), ý định của người quấy rối tình dục (thủ phạm có biết rằng nạn nhân phát hiện hành vi mang tính xúc phạm hay không), và tần số xảy ra (chẳng hạn xảy ra một lần so với một sự kiện xảy ra thường xuyên). Sự khác biệt văn hóa cũng rất quan trọng. Chẳng hạn, một nghiên cứu nhận thấy rằng phụ nữ Mỹ đánh giá các tương tác cụ thể mang tính chất quấy rối tình dục nhiều hơn nam giới Mỹ, nhưng phụ nữ và nam giới ở Úc, Brazil, và Đức không khác nhau trong đánh giá của mình (Pryor và người khác, 1997). Không may, nghiên cứu được tiến hành để nhận dạng khía cạnh nào trong tổ chức nuôi dưỡng sự quấy rối tình dục hoặc xác định tác động của các chương trình giáo dục nhằm mục đích giải quyết vấn đề, vẫn chưa nhiều.

Năm 1998, Tối cao pháp viện Mỹ *(Oncale với dịch vụ tuần duyên Sundowner)* phán quyết rằng quấy rối tình dục không chỉ hạn chế ở nạn nhân nữ, mà các luật thích hợp còn dùng để bảo vệ nam. Trường hợp này cũng quan trọng trong việc xác định rằng sự quấy rối tình dục cùng phái bị cùng bộ luật ấy cản trở, ngăn cấm sự quấy rối tình dục khác giới. Vì thế, tiêu chuẩn đánh giá sự quấy rối tình dục lúc này có thể được xem là một tiêu chuẩn "người hợp lý".

Có thể làm gì để cung cấp một nơi làm việc an toàn và môi trường học tập không bị quấy rối tình dục? Hướng dẫn sự nhận biết giới tính là một tiếp cận chung thường có tác dụng (Tang & McCollum, 1996). Sự phân biệt rõ ràng giữa quấy rối tình dục và tình yêu lãng mạn ở nơi làm việc là một yếu tố cần thiết khác (Pierce & Aguinis, 1997). Phần Tranh luận hiện nay đề cập những vấn đề phức tạp liên quan trong giải quyết vấn đề. Bạn hãy dành ít phút để đọc rồi tự hỏi mình phải nên làm gì.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Các yếu tố sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội quan trọng cho biết các chương trình nhận biết quấy rối tình dục là gì?



TRANH LUẬN HIỆN NAY: QUẤY RỐI TÌNH DỤC Ở NƠI LÀM VIỆC

Không có chủ đề chính sách nào thu hút sự chú ý của công chúng nhanh hơn là quấy rối tình dục trong thập niên 1990. Sự kiện bước ngoặt trong Ủy ban tư pháp Thượng viện khẳng định vụ xét xử liên quan đến sự bổ nhiệm Clarence Thomas làm Phó Chánh án Tối cao pháp viện Mỹ. Thomas bị một cựu nhân viên tên Anita Hill cáo buộc tội quấy rối tình dục. Trong một bằng chứng ấn tượng, truyền hình trực tiếp phiên tòa, lời buộc tội và phản biện được tranh luận trong nhiều ngày. Cho dù sau cùng khẳng định tội của Thomas, nhưng sự kiện lại làm dấy lên sự gia tăng nhận thức xã hội và chính trị sâu rộng. Chủ đề nhận được nhiều sự chú ý khi các ban ngành khác nhau trong quân đội Mỹ điều tra một loạt cáo buộc quấy rối tình dục nghiêm trọng trong bối cảnh đào tạo và hiện trường, và tổng thống Bill Clinton cũng bị cáo buộc tội quấy rối tình dục về những hành động của ông lúc còn làm thống đốc bang Arkansas.

Vấn đề chính mà xã hội đối mặt khi những sự kiện này nổ ra làm cách nào để xác định được quấy rối tình dục. Như đã đề cập trong bài khóa, tòa án thông qua tiêu chuẩn "người đàng hoàng". Nhưng tiêu chuẩn này được hiểu như thế nào khi đưa vào hướng dẫn hành vi cụ thể mà cả hai phái đều hiểu theo cùng cách? Làm cách nào người ta biết trước liệu mình có định làm hay định nói hoặc không bị cho là quấy rối tình dục hay không.

Dĩ nhiên, điều tương đối dễ xác định những gì là rõ ràng không phải là quấy rối tình dục (chẳng hạn như tương tác xã hội, chúc mừng lịch sự, hay là chuyện trò thân mật) và những gì rõ ràng là quấy rối tình dục (chẳng hạn như hiếp dâm, đề nghị quan hệ tình dục để đáp trả sự đánh giá công việc tốt hoặc có được điểm cao, hoặc gửi thư mang tính chất tình dục). Điều cực kỳ khó là phải phát biểu có hệ thống vùng khoảng giữa, "vùng xám", trong tất cả hành vi giữa hai thái cực. Có phải việc nhận xét người nào đó "tuyệt quá" trong một trang phục đặc biệt là sự quấy rối tình dục hay không? Thế còn thét những tiếng như "cô bé xinh xinh" hoặc "nhìn chăm chú" vào một người nào đó thì sao? Thế còn đề nghị hẹn hò với một ai đó thì sao?

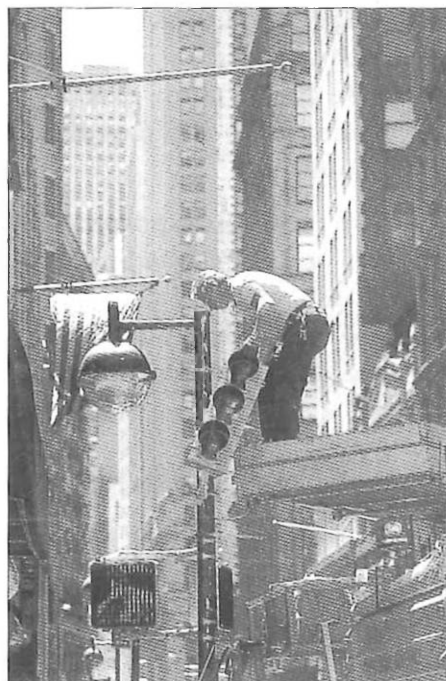
Lời đáp cho những câu hỏi này rất phức tạp vì chúng tùy vào bối cảnh xảy ra (ở nơi làm việc/trường học hoặc ở nhà) và liệu có vị trí người giám sát đối với người khác hay không. Ngày càng có nhiều hành vi viết và gửi thư "con trai sẽ là con trai" ngày nay được xem là quấy rối tình dục, vì nạn nhân hiểu về những hành vi này như thế. Chẳng hạn, một số trường hợp gọi tên ở trường trung học (chẳng hạn như "con gái hư") theo quy định được cấu thành tội quấy rối tình dục, nạn nhân lập luận thuyết phục rằng họ bị thương tổn tâm lý.

Bạn nên dành một hoặc hai phút và nghĩ về định nghĩa của mình về quấy rối tình dục. Bạn có bị quấy rối tình dục chưa? Bạn cảm thấy ra sao? Bạn chứng kiến cảnh quấy rối tình dục nhiều ít? Sau đó bạn bàn với người khác thuộc cả hai phái để xem định nghĩa và kinh nghiệm của bạn giống hay khác họ. Chắc chắn một điều. Rất có thể vấn đề quấy rối tình dục vẫn còn tranh cãi trong nhiều năm nữa.

➡ *Đối xử phân biệt độ tuổi*

Rào cản cấu trúc khác đối với sự phát triển nghề nghiệp là đối xử phân biệt độ tuổi, *bao gồm sự từ chối không giao công việc hoặc không đề bạt một người nào đó chỉ vì lý do độ tuổi.* Luật chống đối xử phân biệt độ tuổi trong tuyển dụng của Mỹ năm 1986 bảo vệ nhân viên hơn 40 tuổi. Luật này qui định rằng phải tuyển dụng nhân viên theo khả năng của họ chứ không phải theo độ tuổi. Theo luật này, người tuyển dụng không được từ chối tuyển dụng và sa thải nhân viên giống như người trong ảnh chụp chỉ vì độ tuổi. Ngoài ra, người tuyển dụng không thể đối xử phân biệt hoặc phân loại nhân viên hoặc hàm ý phân biệt theo độ tuổi.

Triển vọng tuyển dụng đối với những người ở tuổi trung niên trên khắp thế giới thấp hơn so với nhân viên nhỏ tuổi hơn. Chẳng hạn, đối xử phân biệt độ tuổi đối với những người trên 45 là chuyện phổ biến ở Đức (Frerichs & Naegele, 1997) và Anh (Ginn & Arber, 1996), dẫn đến kết quả thất nghiệp dài hạn và nghỉ hưu sớm.

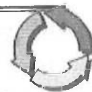


Thông lệ như thế, trước mắt tiết kiệm cho công ty nhiều khoản tiền nhưng sự mất mát khả năng chuyên môn và kiến thức phải trả giá cao. Thật ra, các tập đoàn toàn cầu bắt đầu hiểu rằng việc tái đào tạo và kết hợp nhân viên tuổi trung niên là một chiến lược hiệu quả hơn (Frerichs & Naegele, 1997).

Đối xử phân biệt độ tuổi diễn ra theo nhiều cách (Snyder & Barrett, 1988). Chẳng hạn, người tuyển dụng phải qui định rõ ràng yêu cầu sức khoẻ hoặc trí năng trong công việc và lập luận rằng nhân viên lớn tuổi hơn không thể đạt yêu cầu. Hoặc người tuyển dụng cố loại trừ số nhân viên lớn tuổi bằng cách áp dụng chế độ nghỉ hưu. Đôi khi những người giám sát sử dụng độ tuổi là một yếu tố trong việc đánh giá hoạt động để tăng lương hoặc đề bạt hoặc ra quyết định nhân viên nào đủ tiêu chuẩn để được đào tạo bổ sung.

Nhận thức đối xử phân biệt độ tuổi đang lan rộng, chỉ riêng năm 1993 gần 1.600 vụ thưa kiện, trong khi năm 1990 chỉ có 1.100 vụ (Cornish, 1994). Phần lớn những trường hợp này bắt nguồn từ việc giảm biên chế trong cơ quan bắt đầu từ cuối 1980. Tuy nhiên, giải quyết trường hợp đối xử phân biệt độ tuổi rất khó (Snyder & Barrett, 1988). Thông tin hoạt động trong công việc là điều quan trọng. Tuy nhiên, hầu hết công ty thường báo cáo thông tin này dưới dạng sự khác biệt chung giữa người trưởng thành nhỏ tuổi và người trưởng thành lớn tuổi hơn (chẳng hạn sự khác biệt trong khả năng nhớ gần đây) hơn là theo nghĩa cụ thể của nhân viên lớn tuổi và nhỏ tuổi trong một nghề nghiệp cụ thể (hiếm khi thể hiện sự khác biệt trong năng suất hoặc hoạt động). Thật đáng ngạc nhiên, nhiều toà án không đặt vấn đề thông tin không chính xác hoặc quan điểm về tuổi già theo suy nghĩ rập khuôn do người tuyển dụng đưa ra, bất chấp sự thiếu dữ liệu khoa học dẫn chứng sự khác biệt ở độ tuổi trong hoạt động công việc thực tế.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: THÀNH CÔNG NGHỀ NGHIỆP NHIỀU HƠN CÔNG VIỆC KHÓ NHỌC BAN ĐẦU



Có một thời điểm nào đó trong cuộc đời, có lẽ người ta khuyên bạn nên chọn một nghề và sẽ thành công trong nghề đơn thuần chỉ là vấn đề làm việc chăm chỉ và thực hiện tốt. Khi bạn lớn tuổi hơn và có kinh nghiệm hơn trong công việc thì có lẽ bạn sẽ hiểu còn nhiều vấn đề khác. Mô hình Tâm sinh học xã hội đưa ra một khuôn khổ tốt cho việc tìm hiểu con người chọn nghề và phát triển trong nghề ra sao.

Tác động Sinh học giúp định hình khả năng và kỹ năng liên quan đến công việc ở mức độ kỹ năng có một thành phần di truyền (một số người rõ ràng là vận động viên hoặc nhà hóa học "bẩm sinh" trong khi người khác thì không). Liệu một người có thực sự phát triển những khả năng bẩm sinh này hay không một phần tùy vào các tác động tâm lý chẳng hạn như nhân cách và hành vi. Những tác động này sẽ tìm được sự thể hiện trong những gì con người "thích" làm ra, lựa chọn nên chọn quá trình nào hoặc loại hoạt động ngoại khóa nào mà họ cố gắng thử. Thuyết của Holland nhấn mạnh tầm quan trọng của các tác động tâm lý. Nhưng liệu người ta thực sự có cơ hội chọn lựa hay không phản ánh tác động xã hội hoặc tạo ra hoặc hạn chế tùy chọn. Các tác động xã hội rất mạnh của giai cấp kinh tế xã hội, thành kiến và đối xử phân biệt cùng nhiều tác động khác tạo ra một số cơ hội này nhưng hạn chế một số cơ hội khác. Những tác động xã hội này là yếu tố chính trong thái độ chống đối xử phân biệt, hành động khẳng định và ban hành pháp luật liên quan ở Mỹ. Nhưng thực tế cũng cho ta biết rằng vị trí của một người trong chu kỳ đời sống tạo ra lợi thế tương đối (hoặc thất thế) trong một thị trường công việc. Hai cá nhân có kỹ năng và kinh nghiệm giống nhau không nên xem là ngang bằng nhau trong một cơ quan nếu một người 25 tuổi còn người kia ở tuổi 55. Vì thế điều quan trọng là cơ hội đến với chúng ta khi nào.

TỰ KIỂM TRA

1. Phụ nữ chọn nghề không truyền thống được bạn đồng tuổi xem là ______.
2. Trong những lý do giải thích tại sao phụ nữ trong các nghề lương cao bỏ nghề, ______ là lý do quan trọng nhất đối với nhân viên bán thời gian.
3. Nhân viên thuộc dân tộc thiểu số hài lòng và gắn bó với cơ quan đáp ứng nhu cầu nhiều hơn và tạo ra ______.
4. Ba rào cản trong sự phát triển nghề nghiệp của phụ nữ là đối xử phân biệt giới tính, đề bạt đụng trần và ______.
5. Phải cần các bước nào để loại trừ thành kiến giới tính, dân tộc và độ tuổi ở nơi làm việc?

Trả lời: (1) tiêu cực, (2) trách nhiệm gia đình, (3) môi trường làm việc tích cực, (4) đối xử phân biệt trong mức lương

CHUYỂN TIẾP NGHỀ NGHIỆP

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tại sao người ta đổi nghề?**
- **Có phải lo vì sợ có khả năng mất việc là một nguồn gây căng thẳng chính phải không?**
- **Việc định thời điểm mất việc ảnh hưởng đến lượng căng thẳng như thế nào?**

Chuyển tiếp nghề nghiệp

Đào tạo lại nhân viên

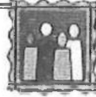
Sự bấp bênh trong nghề nghiệp

Đối phó với tình trạng thất nghiệp

FRED *có 32 năm phục vụ trong ngành sản xuất ôtô. Trong nhiều năm, ngày càng có nhiều công việc dây chuyền được thay thế bằng robot và công nghệ khác, và chuyển các công việc sản xuất sang các nước khác. Mặc dù Fred được ông chủ trấn an rằng công việc của anh an toàn, không bị thất nghiệp nhưng anh vẫn lo. Anh lo mình sẽ bị nghỉ việc vào bất kỳ lúc nào.*

Trong quá khứ, những người như Fred thường chọn nghề vào đầu tuổi trưởng thành và làm nghề ấy trong suốt những năm làm việc của mình. Tuy nhiên, ngày nay không có nhiều người chọn việc với hy vọng rằng mình sẽ làm việc ấy suốt cả đời. Đổi công việc được xem là đương nhiên. Người Bắc Mỹ trung bình đổi công việc 5 đến 10 lần trong tuổi trưởng thành (Toffler, 1970). Một số tác giả nhận xét sự đổi nghề là tích cực, Havighurst (1982), chẳng hạn, ủng hộ sự linh động như thế. Theo ông, tạo ra thay đổi trong chu kỳ đời sống nghề nghiệp giúp tránh đi việc mất ảo tưởng của việc chọn lựa ban đầu. Đổi nghề là cách để đảm bảo công việc mang tính thử thách và hài lòng, đổi nghề có thể là tùy chọn tốt nhất cho những ai trong vị trí sử dụng nghề (Shirom & Mazeh, 1988). Trường hợp của Kevin, trong phần Người thật việc thật, minh họa nhiều khía cạnh trong đổi nghề này.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: ĐỔI NGHỀ ĐỂ TÌM CÔNG VIỆC VỪA Ý



Khi còn học đại học, Kevin hiểu rằng mình muốn trở thành nhân viên kế toán. Câu hỏi duy nhất của anh là liệu có xin được việc trong một công ty kế toán nhà nước hoặc trong công ty tư nhân hay không. Sau khi cân nhắc đắn đo (và làm một số công việc khác), anh chọn vào làm việc cho một tập đoàn toàn cầu. Kevin liên tục thăng tiến, mọi việc trông có vẻ suôn sẻ. Sau cùng anh phụ trách bộ phận Viễn đông trong nhóm thuế quốc tế, giúp anh có cơ hội đi du lịch đó đây, tham quan nhiều thắng cảnh.

Tuy nhiên, công ty của Kevin như nhiều công ty khác trải qua nhiều đợt giảm biên chế. Mặc dù công việc của anh vô cùng bảo đảm nhưng Kevin nhận thấy nhân viên của mình bị cắt giảm rất nhiều. Những đợt cắt giảm này dẫn đến kết quả phải làm việc nhiều giờ hơn và căng thẳng trong công việc nhiều hơn. Vì thế, sau 17 năm làm việc cho công ty Kevin quyết định rằng cho dù mức lương có cao nhưng không tương xứng với giờ giấc và căng thẳng. Anh xin nghỉ và bắt đầu làm việc cho một công ty công nghệ Sinh học. Lúc đầu, điều kiện tốt hơn nhiều. Nhưng ít lâu sau cũng lại làm việc nhiều giờ và lại gặp căng thẳng. Lần này anh xin nghỉ nhưng không xin việc nữa. Anh cần có thời gian để suy nghĩ và ấn định lại thứ tự ưu tiên của mình.

Sau khi suy nghĩ đắn đo, anh quyết định điều mình thực sự muốn làm là làm việc trong một tổ chức phi lợi nhuận. Sau cùng anh vào làm trong một tổ chức lớn tài trợ ngân quỹ cho các doanh nghiệp thiểu số và các công ty dựa trên cơ sở cộng đồng khác.

Sự thay đổi đối với Kevin rất thành công. Mặc dù tiền lương ít hơn trong khi làm công ty tư nhân nhưng anh hạnh phúc hơn và ít bị căng thẳng hơn. Đối với anh, công việc này thật đáng giá.

Một số yếu tố được nhận dạng quan trọng trong việc xác định ai sẽ ở lại trong nghề và ai sẽ đổi nghề. Một số yếu tố – chẳng hạn như liệu người ấy có thích nghề hay không – dẫn đến việc tự mình thay đổi nghề nghiệp như Kevin. Chẳng hạn, những người thực sự yêu nghề sẽ tìm kiếm cơ hội đào tạo bổ sung như những người trong ảnh hoặc chấp nhận sự phân công làm thêm giờ với hi vọng có thêm kỹ năng mới giúp họ xin được công việc tốt hơn. Những người khác tham gia khóa đào tạo để dễ xin việc hơn. Tuy nhiên, các yếu tố khác chẳng hạn như kỹ năng đã lỗi thời và xu hướng kinh tế là nguyên nhân thay đổi nghề bắt buộc. Chẳng hạn, sự cải thiện robot liên tục là nguyên nhân làm cho một số nhân viên trong ngành công nghiệp ôtô phải mất việc, các tập đoàn lớn chuyển công việc ra nước ngoài để tăng thêm lợi nhuận, và sự suy thoái kinh tế thường dẫn đến việc tinh giảm biên chế đại trà. Nhưng ngay cả những thay đổi nghề nghiệp bắt buộc cũng có lợi. Như chúng ta thấy trong Chương 12 chẳng hạn, nhiều người lớn ghi danh học đại học. Một số tận dụng lợi thế của học vấn như một phần trong trọn gói tách ra. Những người khác theo đuổi cơ hội học vấn để có được kỹ năng mới, và nhiều người khác tìm kiếm sự thăng tiến trong nghề nghiệp của mình.

Trong phần này, chúng ta tìm hiểu các khía cạnh tích cực và tiêu cực của sự chuyển đổi nghề nghiệp. Trước tiên chúng ta khảo sát việc tái đào tạo nhân viên trung niên và lớn tuổi hơn. Sử dụng công nghệ ngày



càng nhiều, công ty giảm biên chế, và lực lượng lao động đang lão hóa tập trung sự chú ý vào nhu cầu duy trì kỹ năng của nhân viên lớn tuổi hơn. Sau đó, chúng ta sẽ tìm hiểu sự bấp bênh trong nghề nghiệp và ảnh hưởng của sự mất việc.

ĐÀO TẠO LẠI NHÂN VIÊN

Khi bạn được tuyển dụng làm một công việc cụ thể, bạn được chọn vì người tuyển dụng nghĩ rằng bạn có sự phù hợp giữa khả năng bạn đang có và những khả năng cần thiết để thực hiện công việc. Mặc dù, như hầu hết mọi người có thể xác nhận, kỹ năng cần thiết để thực hiện một công việc thường thay đổi qua thời gian. Những thay đổi như thế có thể là do sự áp dụng công nghệ mới, trách nhiệm bổ sung hoặc đề bạt.

Nếu kỹ năng của một người không được cập nhật kết quả sẽ là dậm chân tại chỗ trong nghề hoặc mất việc (Froman, 1994). Dậm chân tại chỗ trong nghề *xảy ra khi không có cơ hội đề bạt trong cơ quan hoặc khi cá nhân không muốn thăng tiến.* Trong trường hợp mất việc hoặc dậm chân tại chỗ trong nghề, tái đào tạo có thể là một phản ứng thích hợp. Gần 1/3 lực lượng lao động Mỹ mỗi năm tham gia các khóa học nhằm mục đích cải thiện kỹ năng làm việc (Hội đồng giáo dục Mỹ, 1997). Một mục tiêu của những khóa học này là phải cải thiện kỹ năng kỹ thuật chẳng hạn như kỹ năng sử dụng máy tính. Đối với nhân viên trung niên hoặc lớn tuổi hơn, tham gia các khóa học này đông nhất (Hội đồng giáo dục Mỹ, 1997), tái đào tạo có thể tập trung vào cách thăng tiến trong nghề nghiệp hoặc cách tìm cơ hội nghề nghiệp mới – chẳng hạn, thông qua chuẩn bị sơ yếu lý lịch và tư vấn nghề nghiệp.

Nhiều công ty cũng như các trường cao đẳng cộng đồng và kỹ thuật đưa ra các chương trình tái đào tạo trong nhiều lĩnh vực. Cơ quan khuyến khích sự phát triển ở nhân viên thường khuyến khích nhân viên học các khóa tại chức để cải thiện kỹ năng. Hoặc cơ quan mở ra các chương trình hoàn trả học phí cho cá nhân học xong các khóa ở cao đẳng hoặc đại học.

Việc tái đào tạo nhân viên trung niên và lớn tuổi hơn nhấn mạnh nhu cầu phải học hỏi suốt đời (Sinnott, 1994). Nếu công ty đáp ứng thử thách của nền kinh tế toàn cầu thì điều bắt buộc là phải bao gồm việc tái đào tạo trong các chương trình phát triển nhân viên của mình. Những chương trình như thế sẽ giúp cải thiện cơ hội thăng tiến của nhiều người trong nghề nghiệp mình đã chọn, cũng như giúp đỡ nhiều người chuyển tiếp thành công từ nghề này sang nghề khác.

SỰ BẤP BÊNH TRONG NGHỀ NGHIỆP

Thay đổi điều kiện kinh tế của Mỹ trong một vài thập niên qua (chẳng hạn sự thay đổi hướng đến nền kinh tế toàn cầu), cũng như nhân khẩu học đang thay đổi đã buộc nhiều người phải mất việc. Các ngành kinh doanh hỗ trợ và công nghiệp nặng (như thép, dầu và ôtô) và canh nông mất việc nhiều nhất trong thập niên 1970 và 1980. Nhưng mọi người đều bị ảnh hưởng. Thật ra, giảm biên chế khủng khiếp trong thập niên 1980 và suy thoái kinh tế vào đầu thập niên 1990 đã khiến nhiều giám đốc điều hành công ty cấp trung và cấp cao trong mọi ngành kinh doanh phải thất nghiệp.

Kết quả của những xu hướng này, nhiều người cảm thấy bấp bênh trong công việc của mình. Như Fred, nhân viên ngành ôtô trong phần minh họa, có nhiều nhân viên lo lắng cho dù đã phục vụ cho công ty nhiều năm. Thật không may, nhưng người lo lắng về công việc của mình thường có sức khỏe tâm thần kém hơn (Roskies & Louis-Guerin, 1990). Chẳng

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Thay đổi gần đây trong sự ổn định công việc ảnh hưởng đến sự xã hội hóa nghề nghiệp mà trẻ và trẻ vị thành niên nhận được ra sao?

hạn, lo lắng về công việc thường dẫn đến nhiều thái độ tiêu cực đối với người tuyển dụng hoặc thậm chí đối với công việc nói chung, đến lượt thái độ tiêu cực này làm cho mong muốn thành công không còn nữa. Liệu có cơ sở thực tế đối với cảm giác bấp bênh trong công việc ở cá nhân hay không không phải là điều quan trọng, đôi khi những gì người ta nghĩ là đúng về tình hình công việc của mình còn quan trọng hơn những gì thực sự xảy ra. Nếu người ta nghĩ rằng mình có nguy cơ bị mất việc, thì sức khỏe tâm thần và hành vi của họ thường bị ảnh hưởng tiêu cực ngay cả khi nguy cơ thực sự mất việc rất thấp (Roskies & Louis-Guerin, 1990).

ĐỐI PHÓ VỚI TÌNH TRẠNG THẤT NGHIỆP

Mất việc sau nhiều năm cống hiến, bạn có cảm giác ra sao? Một người bày tỏ suy nghĩ của mình như sau.

> Sau khi đã từng kiếm sống như một con người, sau đó mất việc làm 6 ngày trong tuần để trả góp mua nhà trong 2 năm, khi mất việc phải bán nhà, sau đó mất cả vợ vì tất cả những cảnh túng quẫn không phải do lỗi của bạn, sau đó cứ liên tục tìm kiếm một công việc kha khá nhưng chỉ tìm được công việc [với mức lương tối thiểu đến mức] không thể trả tiền thuê nhà hoặc đủ thuê một nơi để sống, vì thế phải sống trong ôtô trong suốt 2 năm rưỡi, *người ta cảm thấy ra sao?* Hài lòng, tôi là một người làm việc chăm chỉ và đã có công việc tốt. Tôi luôn đi làm – hãy kiểm tra lý lịch! Tôi muốn trở lại bình thường giống như một con người thực sự có nhà thay vì có ôtô (Leana & Feldman, 1992, trang 51).

Khi người đàn ông này phát biểu thật đắng cay, mất việc có rất nhiều tác động đối với cá nhân (DeFrank & Ivancevich, 1986). Người thất nghiệp như trong ảnh thường giảm sút sức khỏe và thái độ tự trọng, lạm dụng rượu, trầm cảm, lo âu và tự tử (Lajer, 1982; Viinamaki, Koskela, & Niska-nen, 1996). Nam và nữ thường có mức độ buồn rầu như nhau sau khi mất việc (Leana & Feldman, 1991; Vosler & Page-Adams, 1996). Tuy nhiên, những tác động này thay đổi tùy theo độ tuổi. Nam giới tuổi trung niên dễ bị thương tổn hơn nam giới lớn tuổi hơn hoặc nhỏ tuổi hơn, phần lớn là vì họ có trách nhiệm tài chánh nhiều hơn 2 nhóm kia (DeFrank & Ivancevich, 1986).

Ngoài mức độ hạn chế tài chánh ra, mức độ đau buồn do mất việc liên quan với việc định thời điểm mất mát trong chu kỳ đời sống người lớn (Estes & Wilensky, 1978). Lajer (1982) báo cáo những người trên 45 tuổi bị thất nghiệp một thời gian dài có nhiều khả năng vào bệnh viện tâm thần hơn. Tuy nhiên, Leana và Feldman (1992) nhận xét rằng nhân viên ở độ tuổi 50 mất việc không phải lúc nào cũng luôn sầu khổ. Một số đã lên kế hoạch nghỉ hưu trong tương lai gần, số khác được tuyển



dụng trở lại trong vai trò tư vấn, và số khác vẫn tìm cơ hội để tìm việc mới.

Vì tỉ lệ thất nghiệp ở các nhóm dân tộc thiểu số về cơ bản cao hơn người Mỹ gốc Âu (Bộ lao động Mỹ, 1997), nhiều người trong các nhóm này gánh chịu hậu quả của nạn thất nghiệp nhiều hơn. Tuy nhiên, tính chất đau khổ do mất việc đều như nhau bất kể dân tộc nào. Tuy nhiên, so với người Mỹ gốc Âu, thì nhân viên thiểu số phải mất thời gian lâu hơn mới tìm được việc khác.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một số loại hậu quả rộng hơn của nạn thất nghiệp tác động đến đời sống gia đình và cá nhân ra sao?

TỰ KIỂM TRA

1. Một phản ứng trước áp lực của nền kinh tế toàn cầu và lực lượng lao động đang lão hóa là phải ______ .
2. Hai yếu tố là nguyên nhân dẫn đến sự thay đổi nghề nghiệp không cố ý là những xu hướng kinh tế và ______.
3. Sợ mất việc thường là yếu tố gây căng thẳng quan trọng hơn ______ .
4. Nhóm độ tuổi có nhiều nguy cơ chịu ảnh hưởng tiêu cực của mất việc là ______.
5. Có thể khuynh hướng chọn nhiều nghề sẽ tiếp tục và trở thành chuẩn mực. Khuynh hướng này có ngụ ý gì đối với các thuyết Phát triển nghề nghiệp trong tương lai?

Trả lời: (1) tái đào tạo nhân viên, (2) kỹ năng lạc hậu, (3) khả năng có thể mất việc thực sự,(4) người lớn ở tuổi trung niên.

CÔNG VIỆC VÀ GIA ĐÌNH

Mục tiêu nghiên cứu

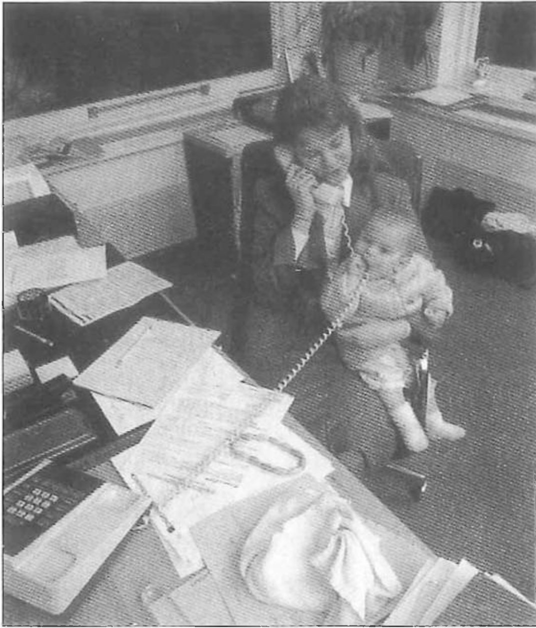
- **Người đang làm việc đang nuôi con nhỏ đối mặt với những vấn đề gì?**
- **Bạn đời xem sự phân công các công việc vặt trong nhà như thế nào? Mâu thuẫn giữa công việc và gia đình là gì? Mâu thuẫn ảnh hưởng đến đời sống của cặp vợ chồng ra sao?**

Công việc và gia đình

Tình huống khó xử chăm sóc trẻ con còn lệ thuộc

Tung hứng nhiều vai trò

JENNIFER, *một nhân viên kinh doanh 38 tuổi làm việc ở cửa hàng bách hóa, cho rằng chồng mình, Bill không phụ giúp việc nhà hoặc chăm sóc con. Bill cho rằng đàn ông không làm chuyện nhà và khi đi làm về anh đã quá mệt. Jennifer nghĩ rằng điều này bất công nhất là vì cô cũng làm việc bằng thời gian chồng làm.*



Một trong những thử thách khó khăn nhất mà người lớn như Jennifer phải đối mặt là phải cân đối yêu cầu của nghề nghiệp với yêu cầu của gia đình. Trong một vài thập niên qua, sự gia tăng nhanh chóng số lượng các gia đình trong đó cả hai bố mẹ đều đi làm về cơ bản đã thay đổi cách suy nghĩ của chúng ta về quan hệ giữa công việc và gia đình. Như ảnh chụp minh họa (bên trên), thậm chí điều này có nghĩa là phải đi làm mang con theo là biện pháp chủ động đối với cả hai vợ chồng đều đi làm. Trong gần 2/3 số gia đình có đủ bố mẹ hiện nay, thì cả hai đều đi làm (Bộ lao động Mỹ, 1997). Lý do chính? Gia đình cần phải có thu nhập của hai người để chi trả tiền điện nước và duy trì mức sống vừa phải.

Như chúng ta thấy, hai vợ chồng đều đi làm có con thường có lợi và hại trong việc sắp xếp này. Căng thẳng trong việc sống theo sắp xếp này là điều cơ bản – sự khác biệt giới tính thấy rõ nhất là trong sự phân công làm việc vặt trong nhà.

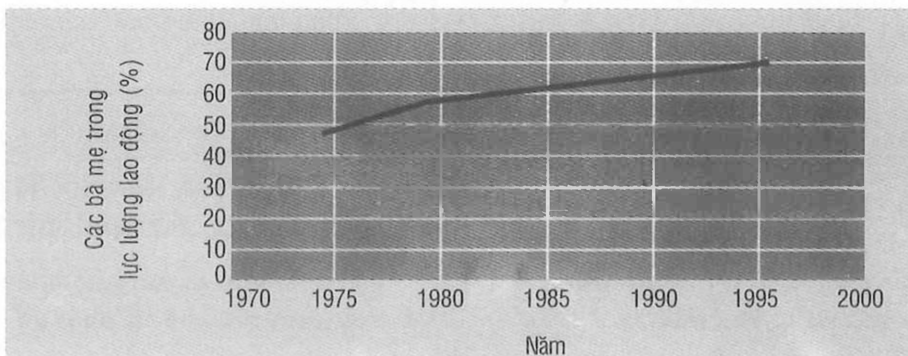
TÌNH HUỐNG KHÓ XỬ CHĂM SÓC TRẺ CON CÒN LỆ THUỘC

Nhiều người lớn đang làm việc phải chăm sóc con nhỏ hoặc bố mẹ già. Như chúng ta thấy, vấn đề họ đối mặt rất phức tạp.

Ghé thăm người chăm sóc đang làm việc

Nhiều bà mẹ không có tùy chọn nào khác ngoài việc trở lại làm tiếp sau khi sinh con. Thật ra, 56% số bà mẹ đã kết hôn và gần một nửa số bà mẹ không kết hôn có con dưới 1 tuổi đều nằm trong lực lượng lao động (Bộ lao động Mỹ, 1997). Số lượng các bà mẹ trong lực lượng lao động có con ở độ tuổi bất kỳ còn cao hơn nhiều. Như bạn thấy trong biểu đồ, số lượng phụ nữ nói chung trong lực lượng lao động có con dưới 18 tuổi tăng đáng kể từ giữa thập niên 1970 (Bộ lao động Mỹ, 1997).

Mặc dù một số phụ nữ đã chọn quyết định có nên trở lại làm tiếp hay không. Khảo sát các bà mẹ có con trước độ tuổi đến trường cho thấy động cơ thúc đẩy trở lại làm việc tiếp thường liên quan đến mức độ gắn bó với công việc của các bà mẹ. Chẳng



hạn, trong một khảo sát các bà mẹ Úc, các bà mẹ có sự gắn bó công việc cao có nhiều khả năng viện dẫn lý do thành tựu cá nhân bên trong để trở lại làm việc tiếp. Các bà mẹ có sự gắn bó công việc thấp viện dẫn nhu cầu tài chánh thúc ép. Các bà mẹ có sự gắn bó công việc trung bình thường viện lý do bên trong và lý do tài chánh (Cotton, Anthill, & Cunningham, 1989). Các bà mẹ có thể bỏ nghề, ở nhà cũng phải đối phó với những thay đổi về nhận dạng (Milford, 1997). Bỏ nghề nghĩa là những khía cạnh trong nhận dạng có từ công việc phải được xác định lại đối với bà mẹ ở nhà.

Nhóm người chăm sóc đang làm việc ngày càng tăng và thường bị bỏ qua là những người đang chăm sóc chồng, vợ hoặc bố mẹ mình. Trong số các phụ nữ trong trường hợp này, 60% làm việc ít nhất 35 giờ mỗi tuần (Jenkins, 1997). Vì hầu hết những phụ nữ này đều ở tuổi trung niên, nên chúng ta sẽ tìm hiểu trường hợp này chi tiết hơn trong Chương 12.

Cho dù có cần sự giúp đỡ đối với con hoặc bố mẹ hay không, thì các yếu tố quan trọng trong việc chọn một nơi chăm sóc phù hợp là chất lượng chăm sóc, giá cả, giờ giấc (Cơ quan phụ trách vấn đề người già sống vùng đô thị, 1998; Yandell, Pierce, & Stright, 1997). Tùy vào tình hình kinh tế, không thể tìm được sự chăm sóc chất lượng khi cần. Trong những trường hợp như thế, không có tùy chọn nào khác ngoài việc phải rời bỏ lực lượng lao động hoặc tranh thủ tìm sự giúp đỡ của bạn bè và gia đình.

➡ *Chăm sóc con nhỏ và ảnh hưởng đối với nhân viên.*

Nhân viên chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già thường đối mặt với nhiều chọn lựa khắc nghiệt. Nhất là khi cả hai vợ chồng đều đi làm, chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già là khía cạnh sắp xếp chính trong sinh hoạt của hai vợ chồng (Hertz, 1997).

Có trách nhiệm chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già có tác động tiêu cực đáng kể, nhất là đối với phụ nữ. Chẳng hạn, khi phụ nữ chịu trách nhiệm chăm sóc bố mẹ già, phụ nữ thường báo cáo bỏ nhiều cuộc họp và xin nghỉ thường xuyên hơn (Gignac, Kelloway, & Gottlieb, 1996). Số phụ nữ như thế cũng báo cáo có mức độ căng thẳng cao hơn (Jenkins, 1997). Tương tự, bố mẹ thường thể hiện chất lượng cuộc sống tồi tệ, nhiều căng thẳng hơn và gặp khó khăn trong việc đối phó (Galinsky, Bond, & Friedman, 1996).

Làm cách nào giảm bớt những tác động tiêu cực này? Chẳng hạn, khi người chồng giúp đỡ và khi người vợ có mức độ kiểm soát công việc của mình ở mức trung bình hoặc cao, các bà mẹ đang làm việc ít đau khổ hơn những người không làm mẹ đang làm việc (Roxburgh, 1997). Nếu thiếu sự giúp đỡ và kiểm soát công việc thì các bà mẹ đang làm việc sẽ đau khổ nhiều hơn những người không làm mẹ đang làm việc. Rõ ràng, có sự giúp đỡ của chồng và có việc làm giúp cho người ta kiểm soát đối với những vấn đề chẳng hạn như lập thời biểu. Người tuyển dụng giúp đỡ cũng là yếu tố quan trọng như chúng ta thấy trong phần sau.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tác động của chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già đối với các bà mẹ liên quan đến tranh luận về việc liệu con nhỏ có nên gởi vào trung tâm chăm sóc ban ngày hay không?

➡ *Chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già và phản ứng của người tuyển dụng*

Bố mẹ đi làm có con nhỏ phải đối mặt với việc làm rất khó là phải gởi con cho



người khác chăm sóc. Để giải quyết áp lực ở bố mẹ, hầu hết các nước công nghiệp (nhưng không phải Mỹ) đều mở các trung tâm chăm sóc ban ngày do chính phủ tài trợ giúp nhân viên giảm bớt gánh nặng này. Việc mở ra trung tâm như thế có tạo ra sự khác biệt theo nghĩa cảm nghĩ của nhân viên, tệ hay vắng mặt và năng suất hay không?

Câu trả lời là không có câu trả lời đơn giản. Trung tâm chăm sóc trẻ con như trong ảnh chụp dành cho nhân viên không hẳn giảm bớt mâu thuẫn công việc – gia đình của bố mẹ hoặc tệ hay vắng mặt của bố mẹ (Goff, Mount, & Jamison, 1990). Một công ty "thân thiện với gia đình" phải chú ý đến thái độ của nhân viên và chắc chắn rằng công ty giúp đỡ trên diện rộng. Điều quan trọng là những người giám sát phải hoạt động ra sao. Bất kể vị trí của trung tâm chăm sóc trẻ con, khi các giám sát đồng cảm, cảm thông về các vấn đề gia đình và chăm sóc trẻ con, thì bố mẹ báo cáo mâu thuẫn công việc – gia đình ít hơn và tệ hay vắng mặt giảm hẳn.

Nghiên cứu về điều kiện làm việc và phúc lợi cụ thể giúp những người chăm sóc thực hiện tối ưu công việc của mình cho thấy một số kết luận nhất quán. Ở mức độ người tuyển dụng bảo đảm việc làm tốt hơn, có tính tự quản, giảm yêu cầu về năng suất, hỗ trợ giám sát và thời biểu linh động thì người chăm sóc làm việc còn tốt hơn nữa (Aryee & Luk, 1996; Frone & Yardley, 1996; Galinsky và người khác, 1996).

Thật thú vị khi quan sát những vấn đề này, nhất là thời biểu linh động có tác dụng ra sao trong một vài năm nữa ở Mỹ. Với việc thông qua luật Nghỉ ốm và chuyện gia đình năm 1993, lần đầu tiên người ta có thể nghỉ không ăn lương để chăm sóc con nhỏ và bố mẹ già, có quyền trở lại làm việc tiếp. Kinh nghiệm ở các nước khác cho thấy bố mẹ nghỉ ảnh hưởng khác nhau đến từng bố mẹ. Chẳng hạn, một nghiên cứu diện rộng ở Thụy Điển chứng minh rằng các ông bố xin nghỉ có nhiều khả năng tiếp tục chăm sóc con và giám sát quan tâm công việc. Tuy nhiên, cho dù có sự tham gia của các ông bố nhưng các bà mẹ vẫn chịu trách nhiệm chính trong việc chăm sóc con, ở nhà ít quan tâm hơn và nhận được tiền lương ít hơn trong thị trường lao động (Haas, 1990; Schwartz, 1992).

TUNG HỨNG NHIỀU VAI TRÒ

Khi cả hai thành viên của cặp vợ chồng tình dục khác giới phải chăm sóc con nhỏ đều đi làm thì ai sẽ quét nhà, nấu cơm và chăm sóc con khi con ốm? Vấn đề này là tâm điểm của tình huống khó xử của các cặp vợ chồng thời hiện đại, cả hai đều đi làm: việc vặt trong nhà được phân chia ra sao? Giải quyết mâu thuẫn vai trò gia đình và công việc như thế nào?

➡ *Chia việc vặt trong nhà*

Mặc dù phương tiện truyền thông chú ý đến nhiều và phàn nàn khi chia sẻ trách nhiệm ngày càng nhiều, phụ nữ vẫn là người quán xuyến công việc nhà, bất kể địa vị công việc. Các bà mẹ đang làm việc phải làm việc nhà với thời lượng mỗi tuần gấp đôi chồng, phải chịu trách nhiệm lớn nhất trong các công việc chăm sóc con và việc nhà (Benin & Agostinelli, 1988). Sự



phân công lao động không bình đẳng này là nguyên nhân gây nhiều tranh cãi nhất và không hạnh phúc nhất đối với cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm. Đây là trường hợp của Jennifer và Bill, cặp vợ chồng trong phần minh họa, Jennifer làm hầu hết việc nhà.

Nhiều chứng cứ cho thấy từ thập niên 1970, phụ nữ đã giảm thời lượng làm việc nhà, nhất là khi họ đang có việc làm và nam tăng thời lượng làm việc nhà lên (Swanson, 1992). Sự tham gia của nam trong những công việc này không phải lúc nào cũng có vẻ như thế. Hầu hết sự gia tăng chỉ diễn ra vào ngày cuối tuần, nam đồng ý thực hiện công việc cụ thể, và phần lớn không liên quan đến tình trạng công việc của nữ (Zick & McCullough, 1991). Tóm lại, sự tham gia của nam tăng không có nghĩa là giảm bớt gánh nặng của nữ trong công việc nhà, như ảnh chụp minh họa.

Nam và nữ có quan điểm khác nhau về phân công lao động. Nam thường hài lòng với sự phân công lao động bình đẳng trên cơ sở thời lượng bỏ ra, nhất là khi thời lượng cần thiết để thực hiện việc nhà tương đối nhỏ. Nữ thường hài lòng nhất là khi nam tự nguyện thực hiện các việc vặt truyền thống của nữ (Benin & Agostinelli, 1988). Khi nghiên cứu các nhóm dân tộc thiểu số, tình hình cũng như thế. Chẳng hạn, ở các cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm, người Mỹ gốc Phi, thì nữ cảm thấy mình làm việc nhà gấp hai lần nam và bất mãn cuộc sống gia đình (Broman, 1988).

Sự khác biệt dân tộc trong phân công lao động trong nhà cũng thấy rõ. Trong một nghiên cứu người Mỹ gốc Âu, người Mỹ gốc Phi và người Mỹ gốc Tây Ban Nha, nổi bật một số mẫu thú vị (Shelton & John, 1993). Nam người Mỹ gốc Phi và người Mỹ gốc Tây Ban Nha thường có nhiều thời gian làm việc nhà hơn nam người Mỹ gốc Âu. Trong trường hợp nam người Mỹ gốc Phi, chứng cứ này ủng hộ quan điểm cho rằng những công việc nhà như thế bình đẳng hơn các gia đình Mỹ gốc Âu. Ngoài ra, sự tham gia càng nhiều của nam người Mỹ gốc Phi chủ yếu chỉ đúng đối với nam có việc làm (trái với nam thất nghiệp). Có sự tham gia nhiều hơn trong các công việc truyền thống của nữ, như rửa chén và nấu cơm. Tương tự, nam người Mỹ gốc Tây Ban Nha cũng thường tham gia những công việc này nhiều hơn. Nói chung, nam người Mỹ gốc Âu có thời gian giúp đỡ các công việc truyền thống của nữ ít nhất. Rõ ràng, mức độ nam và nữ chia nhau công việc trong nhà khác nhau không chỉ ở giới tính mà còn dân tộc nữa.

Tóm lại, chứng cứ hiện có từ các cặp vợ chồng tình dục khác giới cho thấy nữ vẫn còn thực hiện việc nhà nhiều hơn nam nhưng sự khác biệt thay đổi ở các nhóm dân tộc. Sự khác nhau nhiều nhất khi nam tán thành vai trò nam tính truyền thống và sự khác nhau nhỏ nhất khi nam tán thành vai trò nữ tính hoặc lưỡng tính nhiều hơn (Gunter & Gunter, 1990).

Mâu thuẫn công việc – gia đình

Khi người ta có cả nghề nghiệp lẫn con cái, thì họ phải hình dung cách cân đối nhu cầu của cả hai. Người ta phải khổ sở khi phải ngồi xem trò chơi banh của con

gái đồng thời phải có mặt trong buổi họp kinh doanh quan trọng. *Những yêu cầu cạnh tranh này là nguyên nhân gây ra* mâu thuẫn công việc – gia đình, *là cảm giác bị các yêu cầu xung khắc nhau trong công việc và gia đình lôi kéo theo nhiều.*

Mâu thuẫn công việc – gia đình liên quan đến vấn đề làm bố mẹ là vấn đề thường gặp ở cả cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm lẫn nhiều người lớn độc thân. Việc nghĩ ra cách cân đối thời gian cho công việc và thời gian cho gia đình là điều khó làm. Một đấu trường chính trong đó mâu thuẫn này thường xuyên nổ ra là trong sự phân công làm việc vặt trong nhà, theo mô tả trong phần Bạn có thể ngạc nhiên.



BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: CÁC ĐÔI VỢ CHỒNG ĐỀU ĐI LÀM GIẢI QUYẾT SỰ PHÂN CHIA LAO ĐỘNG VÀ MÂU THUẪN GIỮA CÔNG VIỆC VÀ GIA ĐÌNH RA SAO?

Cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm, phải tìm sự cân đối giữa vai trò nghề nghiệp và gia đình. Với khoảng 64% các cặp vợ chồng đã kết hôn, có con, cả hai đều đi làm (Bộ lao động Mỹ, 1997), làm cách nào phân công việc vặt và chăm sóc con ngày càng trở nên quan trọng hơn.

Nhiều người nghĩ rằng vai trò công việc và gia đình ảnh hưởng lẫn nhau trong những gia đình như thế: khi tình hình xấu đi ở nơi làm việc, thì gia đình bị ảnh hưởng và khi trong gia đình lục đục thì công việc cũng bị ảnh hưởng theo. Tuy nhiên, không phải lúc nào cũng thế (Aryee & Luk, 1996). Cho dù công việc ảnh hưởng đến gia đình hoặc ngược lại hay không là chức năng phức tạp của phương cách hỗ trợ, loại công việc và nhiều yếu tố khác (Frone, Russell, & Barnes, 1996; Matthews, Conger, & Wickrama, 1996; Stephens & Sommer, 1996).

Dĩ nhiên, điều quan trọng là cả hai vợ chồng phải sắp xếp việc nhà và chăm sóc con, nhưng (như đã nêu) sự phân công lao động thật sự bình đẳng chắc chắn chỉ là ngoại lệ. Hầu hết gia đình Mỹ, tình dục khác phái, cả hai đều đi làm sẽ hoạt động theo một hệ thống phân biệt giới tính: có những việc vặt truyền thống dành cho nam và nữ. Tất cả những công việc này đều quan trọng và phải được thực hiện để làm cho nhà cửa an toàn, sạch sẽ và vệ sinh. Những công việc này phải mất thời gian. Điều quan trọng đối với nữ không phải là dành nhiều thời gian khi làm việc vặt mà nên làm công việc nào. Điều làm các bà vợ bực mình nhất không phải là chồng lười mà vị chồng không làm một số "công chuyện của nữ". Nam cắt cỏ, rửa xe, thậm chí nấu ăn, nhưng hiếm khi nào cọ rửa nhà vệ sinh hoặc thay tã cho con.

Sự phân công lao động rõ ràng đang diễn ra như thế vì người ta đã thấy bố mẹ mình làm như thế nào và đó là những gì họ cảm thấy dễ chịu. John CaVanaugh có một kinh nghiệm thú vị trong việc này. Trong khi làm một số công việc bảo trì tình nguyện trong một căn nhà của phụ nữ bị đánh đập ở Appalachia, anh phải sử dụng máy hút bụi. Ngay sau đó anh nhận thấy có nhiều phụ nữ bu quanh mình, chỉ tay về phía anh và chuyện trò rất sôi nổi. Sau đó anh hỏi cho biết lý do. Người ta bảo với anh rằng đây là lần đầu tiên trong cuộc đời của những phụ nữ trưởng thành này nhìn thấy đàn ông sử dụng máy hút bụi.

Vấn đề thay đổi ra sao và khi nào? Một bước quan trọng là nên nói cho bạn đời biết những vấn đề này. Luôn tỏ ra thẳng thắn để cho bạn đời hiểu mình bị bực mình vì chuyện gì đó. Dạy cho con biết rằng nam và nữ phải có trách nhiệm làm việc nhà như nhau cũng giúp giải quyết được vấn đề. Chỉ bằng cách tạo ra sự bình đẳng giới tính thật sự, không phân biệt trong các công việc nhà thì sự phân công lao động bất công sẽ kết thúc.

Nghiên cứu cung cấp một số chứng cứ về cách giải quyết mâu thuẫn công việc – gia đình thành công. Phụ nữ trong một nghiên cứu nhận thức rõ ràng sự buộc của mình với nghề nghiệp, hôn nhân và con cái, và họ kết hợp những ràng buộc này

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Vấn đề chăm sóc con nhỏ liên quan đến mức độ căng thẳng giữa công việc – gia đình ở phụ nữ như thế nào?

thành công không phải chịu nhiều đau khổ (Guelzow, Bird, & Koball, 1991). Họ làm như thế nào? Trái với suy nghĩ thông thường, độ tuổi của con không phải là yếu tố gây căng thẳng. Tuy nhiên, số lượng con mới là điều quan trọng, căng thẳng càng nhiều khi có thêm con, bất kể độ tuổi. Lỗi không phải là vấn đề đối với những phụ nữ này. Trong cùng nghiên cứu, nam báo cáo chia sẻ công việc chăm sóc con nhiều hơn như cách giải quyết áp lực đa vai trò. Ngoài ra, căng thẳng đối với nam có thời biểu làm việc linh động thấp hơn giúp nam chăm sóc con ốm và các vấn đề gia đình khác. Kết hợp lại với nhau, những chứng cứ này mang tính khích lệ, chúng biểu thị rằng ngày càng có nhiều cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm, tình dục khác giới đang học cách cân đối công việc và gia đình.

Các cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm, thường khó có được thời gian dành cho nhau, nhất là khi cả hai đều làm nhiều giờ. Thời lượng bên nhau không hẳn là vấn đề quan trọng nhất, với điều kiện là thời gian dành cho các hoạt động chung như ăn uống, nô đùa và chuyện trò, thì các cặp vợ chồng thường hạnh phúc (Kingston & Nock, 1987). Thật không may, nhiều cặp vợ chồng nhận thấy mình có hoàn cảnh giống như Hi và Lois, vào lúc họ có dịp phải ở nhà một mình, họ quá mệt đến mức không thể làm hết được mọi chuyện.

Dữ liệu giữa các nền văn hóa cho thấy có sự kiệt sức trong công việc và làm bố mẹ có nhiều khả năng ảnh hưởng đến nữ hơn. Nghiên cứu cặp vợ chồng đã kết hôn, cả hai đều đi làm ở Singapore chứng minh rằng các bà vợ có nhiều khả năng bị kiệt sức hơn chồng, sự kiệt sức của vợ là do căng thẳng trong công việc và không phải công việc, trong khi sự kiệt sức của chồng là dc căng thẳng trong công việc (Aryee, 1993).

Vì thế nói đúng ra vấn đề gia đình có ảnh hưởng gì đối với công việc và ngược lại? Chứng cứ cho thấy mâu thuẫn công việc – gia đình của chúng ta là một nguồn gây căng thẳng quan trọng trong cuộc sống của các cặp vợ chồng. Nói chung, nữ cảm thấy bị tràn ngập các công việc từ nơi làm việc cho đến gia đình ở mức độ lớn hơn nam, nhưng cả nam lẫn nữ đều cảm thấy áp lực (Gutek, Searle, & Klepa, 1991). Các bà mẹ độc thân càng gặp khó khăn hơn khi có nhiều con (Polit, 1984).



HI VÀ LOIS, ©1993, in lại với sự cho phép đặc biệt của King Features Syndicate.

TỰ KIỂM TRA

1. Bố mẹ báo cáo mâu thuẫn công việc – gia đình thấp hơn và tệ hay vắng mặt ít hơn khi những người giám sát đồng cảm, cảm thông về ______.
2. Nam hài lòng với sự phân công lao động bình đẳng dựa trên ______.
3. Sắp xếp nào giúp giảm bớt mâu thuẫn công việc – gia đình?

Trả lời: (1) vấn đề gia đình và chăm sóc con, (2) thời lượng bỏ ra, khi nam thực hiện các việc vặt của nữ theo truyền thống

THỜI GIAN THƯ GIÃN: HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Hoạt động gì là hoạt động giải trí? Người ta chọn hoạt động giải trí như thế nào?**
- **Thay đổi gì trong hoạt động giải trí xảy ra cùng với độ tuổi?**
- **Người ta rút ra được điều gì từ hoạt động giải trí?**

Thời gian thư giãn: hoạt động giải trí

Các loại hình hoạt động và giải trí

Thay đổi phát triển trong giải trí

Kết quả hoạt động giải trí

CLAUDE *là một thợ điện 55 tuổi trong suốt đời anh rất thích các hoạt động ngoài trời. Từ khi còn bé, anh câu cá, trượt ván nước trong các vịnh nhỏ yên tĩnh vùng duyên hải Florida. Mặc dù anh không dự thi cuộc đua slalom nữa nhưng Claude vẫn thường xuyên trượt ván nước và tham gia các cuộc thi câu cá mỗi khi có dịp.*

Người lớn không phải lúc nào cũng làm việc trong thời gian mình thức. Như tất cả chúng ta đều biết, chúng ta cần thư giãn và tham gia các hoạt động giải trí. Về mặt trực giác, giải trí bao gồm những hoạt động không liên quan với công việc. *Theo cách hình thức hơn các nhà nghiên cứu định nghĩa giải trí là hoạt động nhiệm ý bao gồm sự thư giãn đơn giản, hoạt động hưởng thụ, sự theo đuổi sáng tạo và sự chiêm nghiệm cảm giác* (Gordon, Gaitz, & Scott, 1976). Tuy nhiên, nam và nữ đều khác nhau trong quan điểm của mình về giải trí cũng như con người thuộc các nhóm dân tộc khác nhau (Henderson, 1990). Chẳng hạn, một nghiên cứu nữ người Mỹ gốc Phi cho thấy rằng họ xem giải trí là sự thoát khỏi căng thẳng cần làm việc cũng như là hình thức bày tỏ cái tôi (Allen & Chin-Sang, 1990).

Bạn có thể xem trước phần lớn những gì chúng ta sẽ tìm hiểu về hoạt động giải trí bằng cách thực hiện bài tập trong phần Tự tìm hiểu. Liệt kê của bạn so sánh với phần thảo luận trong bài khóa như thế nào?

TỰ TÌM HIỂU: NHIỀU HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ ĐA DẠNG TRONG TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Trước khi đọc chứng cứ nghiên cứu về các loại vấn đề mà con người thực hiện để tìm thú vui, bạn

hãy tự mình nghĩ ra càng nhiều càng tốt để bổ sung thêm. Đây là cách dễ làm. Hỏi một vài người bạn, cũng như người lớn ở các độ tuổi khác nhau hiện nay hoạt động giải trí ưa thích của họ là gì. Hỏi bố mẹ, bạn bè, ông bà, con cái đã trưởng thành nếu có, v.v..., để có đủ các độ tuổi. Một khi bạn có liệt kê các ưa thích hiện tại, hỏi họ xem cách đây 10 năm họ có ưa thích gì. Lúc này hãy so sánh liệt kê và tự bạn tìm hiểu hoạt động nào thay đổi và hoạt động nào không thay đổi. So sánh kết quả của bạn với nghiên cứu trong bài khóa và thảo luận sự giống và khác nhau trong lớp.

CÁC LOẠI HÌNH HOẠT ĐỘNG VÀ GIẢI TRÍ

Giải trí gần như bao gồm một hoạt động bất kỳ. Để sắp xếp tùy chọn, các nhà nghiên cứu phân loại hoạt động giải trí thành bốn nhóm: văn hóa – như tham dự sự kiện thể thao, nghe hòa nhạc, dự lễ nhà thờ và hội họp, thể xác – như bóng rổ, đi bộ đường dài, aerobic, và làm vườn, xã hội – như thăm bạn bè và dự tiệc, và cô độc – như đọc sách, nghe nhạc và xem truyền hình (Bossé & Ekerdt, 1981; Glamser & Hayslip, 1985). Hoạt động giải trí cũng được xét đến theo nghĩa mức độ nhận thức, quan tâm cảm xúc hoặc thể xác, những người nhào lộn trên không như trong ảnh chụp có sự hoạt động cao trong cả ba lĩnh vực.

Một tiếp cận thay thế trong việc phân loại hoạt động giải trí bao gồm sự phân



biệt giữa bận tâm và quan tâm (Rapoport & Rapoport, 1975). Bận tâm giống như mơ tưởng. Đôi khi, bận tâm mang tính tập trung hơn và được chuyển thành quan tâm. Quan tâm là quan điểm và cảm nghĩ về những điều người ta thích làm, tò mò muốn biết, hoặc bị thu hút. Chạy bộ, duyệt web, câu cá và hội họa là một số minh họa của quan tâm.

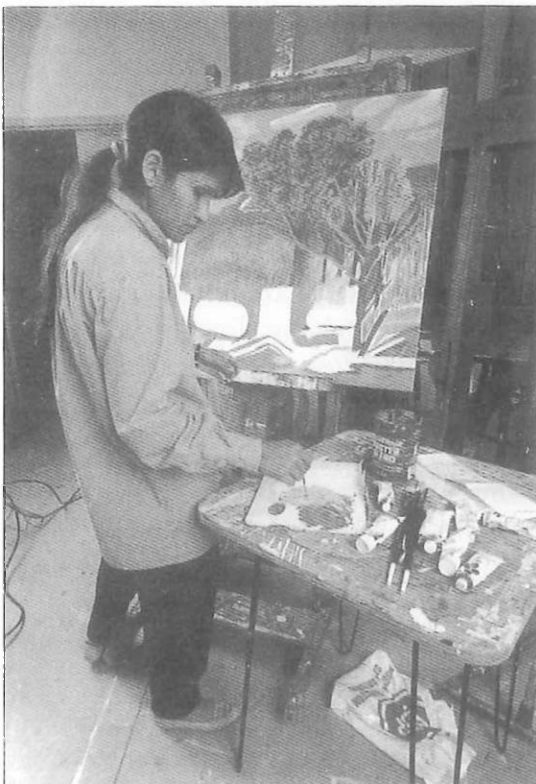
Sự phân biệt của Rapoport và Rapoport thu hút sự chú ý về sự thật quan trọng của giải trí: một hoạt động cụ thể bất kỳ đều có ý nghĩa và giá trị khác nhau, tùy vào cá nhân liên quan. Chẳng hạn, nấu một bữa ăn sành điệu là sự quan tâm, hoặc một hoạt động giải trí đối với nhiều người. Tuy nhiên, đối với đầu bếp chuyên nghiệp, đây là công việc, vì thế không còn là giải trí nữa.

Dựa vào một dải rộng tùy chọn, người ta chọn hoạt động của mình ra sao? Rõ ràng, mỗi người chúng ta đều có một vốn tiết mục giải trí, một thư viện cá nhân gồm các hoạt động được thúc đẩy bên trong mà chúng ta thường xuyên thực hiện (Mobily, Lemke, & Gisin, 1991). Hoạt động trong vốn tiết mục của chúng ta được xác định bằng hai vấn đề: năng lực nhận thức (chúng ta nghĩ trong hoạt động so với người khác cùng độ tuổi mình thực hiện giỏi đến mức nào) và sự an ủi tâm lý (chúng ta đáp ứng mục tiêu cá nhân khi thực hiện như thế nào). Các yếu tố khác cũng quan trọng: thu nhập, quan tâm, sức khỏe, khả năng, đi lại, giáo dục, và đặc điểm xã hội. Chẳng hạn, đối với một số hoạt động giải trí như trượt đổ dốc tương đối tốn kém đòi hỏi phải có phương tiện đi lại, sức khỏe khá tốt và sự phối hợp cơ thể để hưởng thụ ở mức tối đa. Trái lại, đọc sách đòi hỏi lượng tài chánh tối thiểu (nếu đọc trong thư viện quốc gia) ít đòi hỏi khắt khe về mặt cơ thể hơn. Có lẽ những yếu tố này ảnh hưởng đến hoạt động giải trí ra sao thay đổi trong suốt tuổi trưởng

thành (như sự thích hợp của cơ thể phần nào sút giảm). Tuy nhiên, những yếu tố này dẫn đến thay đổi trong hoạt động giải trí ra sao vẫn chưa biết rõ (Burrus-Bammel & Bammel, 1985).

THAY ĐỔI PHÁT TRIỂN TRONG GIẢI TRÍ

Nghiên cứu cắt ngang cho biết sự khác nhau về độ tuổi trong hoạt động giải trí (Bray & Howard, 1983). Thanh niên mới lớn tham gia dải hoạt động rộng hơn người lớn tuổi trung niên. Ngoài ra, thanh niên mới lớn thường thích hoạt động giải trí mãnh liệt hơn như lặn và đi tàu lượn. Trái lại, người lớn tuổi trung niên tập trung vào hoạt động định hướng nhà cửa và gia đình hơn. Vào cuối tuổi trung niên, họ ít dành thời gian giải trí trong các hoạt động đòi hỏi sự dẻo dai của cơ thể và thích các hoạt động ngồi lì một chỗ như đọc sách và xem truyền hình hơn. Người trưởng thành lớn tuổi hơn thu hẹp dải hoạt động và giảm cường độ nhiều hơn nữa (Gordon và người khác, 1976). Nhiều người ở mọi độ tuổi báo cáo cảm giác thoải mái trong các hoạt động giải trí (Larson, Gillman, & Richards, 1997).



Nghiên cứu theo chiều dọc về thay đổi trong hoạt động giải trí ở cá nhân qua thời gian cho thấy có sự ổn định đáng kể trong thời gian khá dài (Cutler & Hendricks, 1990). Claude, 55 tuổi trong phần minh họa, thích câu cá và trượt ván nước, là minh họa điển hình cho xu hướng chung này. Như Claude mô tả, sự tham gia thường xuyên các hoạt động giải trí trong thời thơ ấu thường tiếp tục đến tuổi trưởng thành. Rõ ràng, sở thích về một số loại hình hoạt động giải trí được hình thành từ đầu đời, thường thay đổi trong suốt quãng đời chủ yếu theo nghĩa cường độ đòi hỏi ở cơ thể.

KẾT QUẢ HOẠT ĐỘNG GIẢI TRÍ

Những người như phụ nữ trong ảnh được gì khi tham gia hoạt động giải trí? Các nhà nghiên cứu đồng ý rằng sự tham gia hoạt động giải trí liên quan đến thể chất (Kelly, Steinkamp, & Kelly, 1987). Khía cạnh chính trong quan hệ này không phải là mức độ tham gia. Thay vào đó, từ hoạt động giải trí bạn rút ra được sự hài lòng nhiều đến mức nào là yếu tố quan trọng trong việc nâng cao thể chất (Lawton, Moss, & Fulcomer, 1986-1987). Thật ra, một nghiên cứu Israel chứng minh rằng sự hài lòng trong hoạt động giải trí là một biến số quan trọng (Lomranz và người khác, 1988). Giải trí có nâng cao thể chất hay không có vẻ như tùy vào việc bạn thích những gì mình làm để tiêu khiển hay không.

Nếu như theo đuổi hoạt động giải trí quá mức thì sao? Trong một số trường hợp, có người tạo ra mâu thuẫn giải trí –

gia đình bằng cách tham gia hoạt động giải trí quá mức (Goff, Fick, & Opplinger, 1997). Chỉ khi nào có sự giúp đỡ của người khác đối với sự tham gia cực đoan như thế thì mới tránh được vấn đề (Goff và người khác, 1997). Như trong hầu hết các vấn đề khác, mức độ vừa phải trong hoạt động giải trí có lẽ là tốt nhất.

TỰ KIỂM TRA

1. Bận tâm là sự tiếp thu suy nghĩ có nhận thức, trong khi quan tâm là ______.
2. So với người trưởng thành trẻ tuổi hơn, người trưởng thành trung niên và lớn tuổi hơn thích hoạt động giải trí tập trung vào nhà và gia đình nhiều hơn và ______.
3. Tham gia hoạt động giải trí liên quan với ______.
4. Chọn lựa hoạt động giải trí liên quan đến sự phát triển cơ thể, nhận thức và xã hội ra sao?

Trả lời: (1) bận tâm tập trung, (2) cường độ cơ thể ít hơn, (3) thể chất

---

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Sigmund Freud có lúc đã từng nói hai khía cạnh quan trọng nhất trong tuổi trưởng thành là tình yêu và công việc. Trong chương này, chúng ta đã hiểu được trong đời mình phải làm việc ra sao và công việc bị ảnh hưởng của nhiều yếu tố như thế nào. Nghề nghiệp mà Monique sau cùng đã chọn một phần chịu ảnh hưởng của tài năng hoặc kỹ năng mà cô được bố mẹ di truyền, loại môi trường cô trưởng thành và sự phù hợp giữa loại nhân cách và kỹ năng nghề nghiệp của mình.

Chúng ta hiểu rằng sự phát triển nghề nghiệp không phải là kết quả chắc chắn của sự làm việc chuyên cần. Thật không may, thế giới công việc cũng ảnh hưởng đến định kiến, thành kiến, và đối xử phân biệt mà con người trên thế giới nói chung đều phải đối mặt. Janice nhận thấy phụ nữ và thành viên thuộc nhóm dân tộc thiểu số rất khó đạt được mức thăng tiến trong nghề nghiệp mà mình xứng đáng nhận được. Công việc cũng ảnh hưởng đến đời sống riêng của chúng ta. Fred và người khác giống anh đều lo về sự ổn định của công việc và điều này đôi khi ảnh hưởng đến cuộc sống gia đình. Mặc dù tái đào tạo có thể là một tùy chọn nhưng không thể làm giảm bớt mọi nỗi lo lắng. Cặp vợ chồng đều đi làm bắt buộc phải nghĩ về cách phân công làm việc nhà để duy trì sự cân bằng. Jennifer và chồng cô đang gặp vấn đề này thông thường, nữ làm hết chuyện vặt trong nhà.

Nhưng cuộc sống chỉ biết có làm không có chơi cũng thật chán ngắt. Cũng như trẻ con cần thời lượng chơi đùa để phát triển, người lớn như Claude phải tìm lối thoát thông qua các hoạt động giải trí. Những hoạt động như thế có thể yên tĩnh như đọc sách hoặc táo bạo như nhào lộn trên không, nhưng phải có khả năng làm một điều gì đó ngoài công việc ra để cho những hoạt động này có giá trị.

TÓM TẮT



Chọn và phát triển nghề

Ý nghĩa của làm việc

- Mặc dù hầu hết mọi người làm việc để kiếm tiền nhưng cũng có nhiều lý do khác. Ưu tiên nghề nghiệp thay đổi qua thời gian, kỳ vọng của nhân viên nhỏ tuổi hơn từ nghề nghiệp của mình hiện nay thấp hơn và sự chú trọng của họ đối với khả năng phát triển cá nhân cao hơn.

Thuyết chọn nghề của Holland

- Thuyết của Holland dựa trên quan điểm cho rằng con người chọn nghề để tối ưu hóa sự phù hợp giữa nét cá nhân với quan tâm nghề nghiệp. Sáu loại nhân cách tượng trưng cho nhiều kết hợp khác nhau của những loại này đã được nhận dạng. Một vài nghiên cứu ủng hộ cho những loại này đã được tìm thấy.

Phát triển nghề nghiệp

- Thuyết Phát triển nghề nghiệp của Super dựa trên khái niệm về cái tôi và sự thích nghi với một vai trò nghề nghiệp. Super mô tả năm giai đoạn trong tuổi trưởng thành: thực hiện, xác lập, duy trì, giảm tốc và nghỉ hưu.

- Cú sốc thực tế là thực tế kỳ vọng về nghề nghiệp khác với thực tế mà cá nhân cảm nhận. Cú sốc thực tế thường gặp ở các nhân viên nhỏ tuổi.

- Người tư vấn là đồng nghiệp hướng dẫn cho nhân viên mới qui định bất thành văn và khuyến khích sự phát triển nghề nghiệp. Mối quan hệ người tư vấn – nhân viên tập sự phát triển qua thời gian, thông qua các giai đoạn như các mối quan hệ khác.

Sự hài lòng với công việc

- Nhân viên lớn tuổi hơn báo cáo có sự hài lòng với công việc nhiều hơn nhân viên nhỏ tuổi, nhưng điều này một phần là do sự tự chọn, nhân viên không may có thể bỏ việc sớm. Các lý do khác bao gồm sự hài lòng bên trong, phù hợp, tầm quan trọng của công việc thấp hơn, tìm sự đa dạng không phải công việc và yếu tố chu kỳ đời sống.

- Xa lánh và kiệt sức là những cân nhắc quan trọng trong khi tìm hiểu sự hài lòng với công việc. Cả hai đều bao gồm sự căng thẳng đáng kể đối với cá nhân.



Vấn đề giới tính, dân tộc và đối xử phân biệt

Sự khác biệt giới tính trong chọn nghề

- Con trai và con gái được xã hội hóa khác nhau đối với công việc, và sự chọn nghề của họ cũng bị ảnh hưởng. Nữ chọn nghề nghiệp không truyền thống vì nhiều lý do, bao gồm kỳ vọng và suy nghĩ cá nhân. Nữ trong những nghề nghiệp như thế vẫn bị xem tiêu cực hơn nam trong cùng một nghề.

Phụ nữ và phát triển nghề nghiệp

- Nữ bỏ nghề lương cao vì nhiều lý do, bao gồm trách nhiệm gia đình và môi trường nơi làm việc. Nữ tiếp tục làm việc toàn thời gian có sự chăm sóc con thích hợp và tìm cách phát triển nghề nghiệp.

Dân tộc và phát triển nghề nghiệp

- Nhận dạng nghề nghiệp và mục tiêu nghề nghiệp thay đổi trong các nhóm dân tộc khác nhau. Một tổ chức có nhạy cảm với các vấn đề dân tộc hay không là

dấu hiệu cho biết sự hài lòng ở nhân viên thuộc dân tộc thiểu số.

Định kiến và đối xử phân biệt

• Đối xử phân biệt giới tính vẫn còn là rào cản chính đối với sự phát triển nghề nghiệp của nữ. Trong nhiều trường hợp, rào cản này là đề bạt đụng trần. Sự bất bình đẳng trong tiền lương cũng là vấn đề, nữ thường được trả lương thấp hơn nam trong cùng một nghề.

• Quấy rối tình dục là một vấn nạn ở nơi làm việc. Tiêu chuẩn hiện tại để đánh giá quấy rối tình dục dựa trên tiêu chuẩn "phụ nữ hợp lý". Không giao việc cho người trên 40 là sự đối xử phân biệt độ tuổi.



Chuyển tiếp nghề nghiệp

Đào tạo lại nhân viên

• Để thích nghi với các tác động của nền kinh tế toàn cầu và lực lượng lao động đang lão hóa, nhiều công ty đưa ra cơ hội tái đào tạo nhân viên. Tái đào tạo đặc biệt quan trọng trong trường hợp kỹ năng lỗi thời và dậm chân tại chỗ trong nghề.

Sự bấp bênh trong nghề nghiệp

• Lý do quan trọng giải thích tại sao người ta đổi nghề bao gồm nhân cách, sự lạc hậu và xu hướng kinh tế. Sự bấp bênh trong nghề nghiệp là một vấn đề đang nổi bật. Nỗi sợ có thể bị mất việc là dấu hiệu báo trước sự lo âu hơn là khả năng có thể mất việc thực sự.

Đối phó với tình trạng thất nghiệp

• Mất việc là sự kiện đau buồn ảnh hưởng đến từng khía cạnh trong đời sống con người. Mức độ túng quẫn tài chánh và gắn bó với công việc là dấu hiệu báo trước sự đau buồn.



Công việc và gia đình

Tình huống khó xử chăm sóc trẻ con còn lệ thuộc

• Một phụ nữ có trở lại làm việc tiếp sau khi sinh con hay không phần lớn tùy thuộc vào mức độ gắn bó với công việc. Chỉ đơn thuần mở ra trung tâm chăm sóc trẻ con ngay tại chỗ làm không phải lúc nào cũng mang lại sự hài lòng trong công việc cao hơn. Yếu tố quan trọng hơn là mức độ đồng cảm của những người giám sát.

Tung hứng nhiều vai trò

• Mặc dù nữ giảm bớt thời lượng trong các việc vặt trong nhà hơn hai thập niên qua nhưng nữ hiện nay vẫn còn làm hầu hết mọi việc vặt. Nam người Mỹ gốc Âu ít phụ các việc vặt của nữ theo truyền thống như nam người Mỹ gốc Phi hoặc người Mỹ gốc Tây Ban Nha.

• Thời biểu làm việc linh động và số con là các yếu tố quan trọng trong mâu thuẫn vai trò. Chứng cứ gần đây cho thấy sự căng thẳng trong công việc có tác động đối với cuộc sống gia đình nhiều hơn căng thẳng gia đình ảnh hưởng đến công việc. Một số phụ nữ phải trả giá cao đối với nghề nghiệp.



Thời gian thư giãn: hoạt động giải trí

Các loại hình hoạt động và giải trí

• Bận tâm có thể tập trung hơn quan tâm, dẫn đến sự chọn ra hoạt động giải trí cụ thể. con người phát triển vốn tiết mục các hoạt động giải trí ưa chuộng hơn.

Thay đổi phát triển trong giải trí

• Khi con người lớn tuổi hơn, họ thường tham gia các hoạt động giải trí định hướng gia đình hơn và ít đòi hỏi gắng sức hơn. Sở thích giải trí ở tuổi trưởng thành phản ánh những hoạt động giải trí ngay từ đầu đời.

Kết quả hoạt động giải trí

• Hoạt động giải trí nâng cao thể chất và mang lợi đến mọi khía cạnh trong đời sống con người.

ưu tiên nghề nghiệp

TỪ KHÓA

trưởng thành nghề nghiệp
giấc mơ
sự hài lòng với công việc
xa lánh
kiệt sức
đối xử phân biệt giới tính
đề bạt đụng trần
giá trị có thể so sánh
tiêu chuẩn "phụ nữ hợp lý"
đối xử phân biệt độ tuổi
dậm chân tại chỗ trong nghề
mâu thuẫn công việc – gia đình
giải trí

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BOLLES, R. N. (1997). *The 1998 what color is your parachute: A practical manual for job-hunters and career changers.* Berkeley, CA: Ten Speed Press. Tham khảo nổi tiếng này là những kế đáng giá cho những người đang tìm nghề. Thường xuyên được cập nhật.

CROSBY, F. (1991). *Juggling: The unexpected advantages of balancing career and home for women, their families and society.* New York: Free Press. Mặc dù tương đối khó đọc nhưng quyển sách này là bài đọc giúp sáng tỏ chủ đề cân đối giữa công việc – gia đình.

FEATHER, N. T. (1990). *The psychological impact of unemployment.* New York: Springer-Verlag. Feather trình bày cách xử lý triệt để, học thuật đối với chủ đề, một trong những quyển sách hay nhất. Trình độ đọc ở mức khó vừa

GERSON, K. (1993). *No man's land: Men's changing commitments to family and work.* New York: Basic Books. Quyển sách đáng đọc này đề cập vai trò của nam giới thời hiện đại dựa trên một loạt các cuộc phỏng vấn lý lịch.

HOCHSCHILD, A. R. (1989). *Second shift: Working parents and the revolution at home.* New York: Viking Press. Quyển sách kinh điển này đưa ra một thảo luận xuất sắc về sự khác biệt giới tính trong chăm sóc con và các vấn đề mâu thuẫn công việc – gia đình.

McDANIELS, C., & GYSBERS, N. C. (1992). *Counsel-ing for career development.* San Francisco: Jossey-Bass. Đây là quyển sách nhập môn các chủ đề liên quan tư vấn nghề nghiệp và phát triển nghề nghiệp.



CHƯƠNG 12

TRẢI QUA TUỔI TRUNG NIÊN

Một câu ngạn ngữ cho rằng cuộc sống bắt đầu ở tuổi 40. Đây là tin lành đối với người lớn ở tuổi trung niên. Như chúng ta sẽ thấy, họ đối mặt với nhiều sự kiện căng thẳng, nhưng họ cũng bỏ lại nhiều áp lực ở đầu tuổi trưởng thành lại phía sau. Trong nhiều khía cạnh, tuổi trung niên là tuổi quan trọng nhất trong đời: sức khỏe nói chung tốt và thu nhập đạt đỉnh điểm.

Dĩ nhiên, những người ở tuổi trung niên thường da nhăn, tóc hoa râm, bụng phệ, vòng eo phình ra. Nhưng người lớn tuổi trung niên cũng đạt được những tầm cao mới trong phát triển nhận thức, thay đổi hành vi nếu họ chọn, phát triển mối quan hệ người lớn với con cái, và dễ chịu trong tư cách làm ông bà. Đồng thời họ phải giải quyết căng thẳng thay đổi theo cách họ tìm hiểu và thử thách phải giải quyết với bố mẹ đang tuổi già.

Một số vấn đề này dựa trên suy nghĩ rập khuôn hơn là chứng cứ hợp lý. Sự thật là gì? Bạn sẽ hiểu được khi đọc xong chương này.

CƠ THỂ THAY ĐỔI VÀ SỨC KHỎE

Mục tiêu nghiên cứu

- **Diện mạo trong tuổi trung niên thay đổi ra sao?**
- **Ở tuổi trung niên có thay đổi sinh sản gì ở nam và nữ?**
- **Căng thẳng là gì? Căng thẳng ảnh hưởng đến sức khỏe cơ thể và tâm lý ra sao?**
- **Tập thể dục có lợi ích gì?**

Cơ thể thay đổi và sức khỏe

Thay đổi diện mạo

Thay đổi sinh sản

Căng thẳng và sức khỏe

Tập thể dục

XÉT về mọi khía cạnh, Dean là người rất thành công. Anh làm giám đốc của một công ty sản xuất quy mô vừa khi mới 34 tuổi. Dean luôn tự xem mình là ngôi sao sáng trong công ty. Một ngày nọ anh nhận thấy tóc mình rụng hơn bình thường. Anh thét lên, "không, mình không thể hói đầu được! Người ta sẽ nghĩ gì đây?" Dean nghĩ gì về những thay đổi này?

Thực tế của tuổi trung niên thường tấn công vào mỗi buổi sáng sớm qua chiếc gương đặt trong nhà tắm. Đứng ở đây, mắt mở to với vẻ còn ngái ngủ, bạn có thể nhìn thấy. Khóe mắt bạn có một vết nhăn nhỏ xíu, một sợi tóc bạc, hoặc giống như Dean, khi chải đầu rớt ra nhiều sợi tóc và anh lo ngại tuổi trẻ của mình đã trôi qua, cuộc đời sắp hết không lâu nữa anh sẽ hành động giống như bố mẹ già của mình hiện nay khi họ hoàn toàn lúng túng trong cách đối xử với anh khi anh còn trẻ. Những người ở tuổi trung niên lo ngại rằng mình sắp già, đôi khi vẫn cố chứng tỏ mình vẫn còn tràn đầy sức sống.



Vượt qua giới hạn để gọi là tuổi trung niên ở Mỹ thường áp dụng cho những người chuyển sang tuổi 40 (hoặc như nhiều người thường gọi big fouroh). Sự kiện này thường được đánh dấu bằng một buổi tiệc đặc biệt như trong ảnh chụp. Buổi tiệc thường mang chủ đề "over the hill". Những sự kiện như thế là nỗ lực của xã hội trong việc tạo ra một nghi thức đi qua giữa tuổi thanh niên và tuổi trưởng thành.

Khi bước sang tuổi trung niên, người ta bắt đầu cảm nhận một số thay đổi cơ thể đi kèm với lão hóa. Trong phần này, chúng ta tập trung vào những thay đổi thấy rõ nhất ở người lớn tuổi trung niên: diện mạo, khả năng sinh sản, căng thẳng và đối phó. Trong Chương 13, chúng ta sẽ khảo sát thay đổi bắt đầu ở tuổi trung niên nhưng cho đến khi về già mới biểu hiện rõ như thời gian phản ứng chậm hơn và thay đổi nhận cảm.

THAY ĐỔI DIỆN MẠO

Vào một ngày định mệnh khi sự thật khắc nghiệt chăm chú nhìn bạn trong

chiếc gương trong nhà tắm (như người trong ảnh chụp bên dưới), có lẽ đối với bạn da nhăn, tóc bạc là chuyện bình thường, chắc chắn phải có nên không có gì quan trọng. Da nhăn là do sự thay đổi trong cấu trúc da và các mô liên kết, chống đỡ của da, cũng như hậu quả tích tụ tổn hại do tiếp xúc với ánh nắng mặt trời và hút thuốc (Whitbourne, 1996). Có thể bạn sẽ có cảm giác tốt hơn khi hiểu rằng tóc bạc là điều hoàn toàn tự nhiên, do sự ngưng sản xuất sắc tố bình thường trong các nang tóc mà ra (Kenney, 1982). Hói đầu ở nam, một nét di truyền trong đó từ từ tóc rụng dần, bắt đầu ở phần đỉnh, thường bắt đầu xuất hiện ở tuổi trung niên (Whitbourne, 1996). Không, chứng cứ khoa học cho rằng những thay đổi này xảy ra đối với nhiều người không phải là những gì quan trọng nhất. Điều quan trọng là những thay đổi này ảnh hưởng đến bạn ra sao.

Làm cho vấn đề thêm tồi tệ, bạn cũng nhận thấy quần áo không còn mặc vừa nữa cho dù bạn rất kỹ trong việc ăn uống. Bạn nhớ có lần cách đây không lâu bạn ăn uống rất tùy thích, nhưng lúc này bạn phải chú ý thức ăn nào khiến tăng cân. Bạn có nhận thức đúng, hầu hết mọi người đều tăng cân từ đầu tuổi 30 đến giữa tuổi 50, tạo ra "bụng phệ tuổi trung niên" khi sự chuyển hóa giảm (Whitbourne, 1996).

Phản ứng của người ta trước những thay đổi về diện mạo này cũng khác nhau. Dean tự hỏi người ta sẽ phản ứng với anh ra sao nếu lúc này anh hói đầu. Một số người sẽ đổ xô mua thuốc nhuộm tóc và kem chống nhăn. Số khác xem đây là một giai đoạn khác trong cuộc đời. Có lẽ bạn cũng cảm nhận được một số phản ứng khác nhau. Để hiểu được ý nghĩa của một dải rộng những khác biệt cá nhân này, nhất là những khác biệt giữa nam và nữ và trong các nền văn hóa, bạn hãy làm bài tập trong phần Tự tìm hiểu.



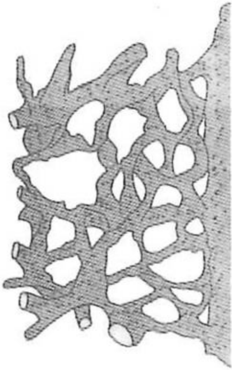
TỰ TÌM HIỂU: GIẢI QUYẾT TÌNH TRẠNG CƠ THỂ LÃO HÓA

Người ta giải quyết các dấu hiệu cơ thể lão hóa ra sao? Bạn hãy tự tìm hiểu bằng cách làm bài tập sau.

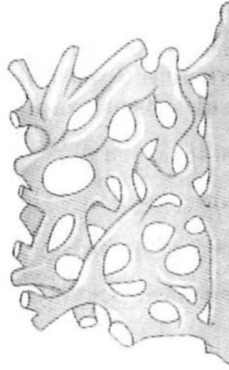
1. Điểm qua các tạp chí thời trang nổi tiếng chẳng hạn như Vogue, Cosmopolitan, *GQ*, và Elle, và xem chương trình truyền hình. Chú ý quảng cáo và bài báo viết về da nhăn, tóc và trọng lượng. Có bao nhiêu thông tin về những dấu hiệu lão hóa tự nhiên có thể chấp nhận được? Bạn có phát hiện được sự khác nhau giữa thông tin dành cho nam và nữ hay không?
2. Trò chuyện với nam và nữ trên 40 tuổi mà bạn quen. Hỏi họ có cảm giác gì về những thay đổi cơ thể. Bạn có phát hiện được sự khác biệt giới tính hay không?
3. Trò chuyện với một ai đó thuộc nền văn hóa khác văn hóa của bạn. Hãy tìm hiểu con người trong các nền văn hóa khác có nhận xét gì về thay đổi cơ thể đi kèm với tuổi già. Những thay đổi đi kèm với tuổi già có được nhận xét như nhau trên khắp thế giới hay không?

Những bài tập này giúp cho bạn có được một số hiểu biết về nhận xét của con người và công ty (thông qua các mẫu quảng cáo) về những thay đổi cơ thể diễn ra ở tuổi trung niên. So sánh chứng cứ của bạn với kết quả của học sinh khác và thảo luận sự khác biệt giới tính mà bạn vừa phát hiện. Người ta có xem thường những thay đổi này không? Hãy tự tìm hiểu.

Mô xương loãng



Mô xương bình thường



Thay đổi cơ thể khác là khối lượng xương giảm, một rối loạn vô cùng nghiêm trọng. Khối lượng xương đạt mức cao nhất ở độ tuổi 20, sau đó giảm dần theo độ tuổi (Weldon, 1997). Khối lượng xương giảm làm cho xương yếu hơn, giòn hơn, vì thế làm cho xương dễ gãy hơn. Vì khối lượng xương ít hơn nên xương ở tuổi trung niên và người cao tuổi lâu lành hơn. *Nếu khối lượng xương giảm ở mức nghiêm trọng thì sẽ* bệnh loãng xương, *như bạn thấy trong biểu đồ bên trên, xương có nhiều lỗ rỗng giống như tổ ong và rất dễ gãy.* Trong trường hợp nặng, bị loãng xương làm cho cột sống sụm, làm cho lưng khom và ngắn hơn (Masi & Bilezikian, 1997; Weldon, 1997). Mặc dù hậu quả nghiêm trọng của bệnh loãng xương khi về già mới thấy, nhưng căn bệnh này có thể xảy ra ở những người ở tuổi 50.

Bệnh loãng xương thường gặp ở nữ nhiều hơn nam, phần lớn do nữ có khối lượng xương ít hơn, vì một số bé gái và phụ nữ không uống đủ canxi để có bộ xương rắn chắc từ thời thơ ấu cho đến đầu tuổi trưởng thành và vì sự giảm dần kích tố động dục sau thời kỳ mãn kinh làm cho khối lượng xương bị mất nhiều hơn (Masi & Bilezikian, 1997). Để giảm nguy cơ mắc bệnh loãng xương, Viện y tế và quản lý dược phẩm, thực phẩm quốc gia (Masi & Bilezikian, 1997) đề nghị chế độ ăn uống, dược phẩm và hoạt động thích hợp để phòng tránh bệnh loãng xương. Người ta thường ăn thức ăn có nhiều canxi (như sữa và bông cải xanh), bớt uống rượu và uống bổ sung canxi nếu cần. Sự thay thế kích tố động dục có hiệu quả thấy rõ trong việc phòng tránh khối lượng xương giảm ở nữ sau thời kỳ mãn kinh, nhưng gây nhiều tranh cãi do tác dụng phụ (được đề cập sau này). Cũng có một số chứng cứ cho rằng tập thể dục thường xuyên cũng có lợi, nhưng kết quả khác nhau tùy theo loại và cường độ tập. Kết quả tốt nhất là tập thường xuyên môn aerobic hiện đại.

THAY ĐỔI SINH SẢN

Ngoài những thay đổi theo cách chúng ta quan sát, tuổi trung niên tạo sự chuyển tiếp trong hệ thống sinh sản. Những thay đổi này khác nhau thấy rõ ở nam và nữ. Một số người, như trẻ vị thành niên trong truyện tranh, cho rằng sự thay



FOR BETTER OR WORSE © Lynn Johnston Productions Inc,/Dist. bởi United Features Syndicate, Inc.

đổi ở phụ nữ chỉ là một khía cạnh của tuổi dậy thì, và ở một số mức độ nào đó, phép loại suy luôn thích hợp. Thậm chí trong bối cảnh của những thay đổi này, người lớn tuổi trung niên vẫn tiếp tục hoạt động tình dục.

Thật ra, 73% nam và 69% nữ ở độ tuổi 40 và 49, và 67% nam và 48% nữ ở độ tuổi 50 và 59 có quan hệ tình dục ít nhất một vài lần trong tháng (Michael và người khác, 1994). Sự giảm sút tần số hoạt động tình dục cùng với độ tuổi phản ánh các yếu tố Tâm sinh học xã hội phức tạp, bao gồm thay đổi sinh lý, căng thẳng của cuộc sống thường nhật và suy nghĩ rập khuôn của xã hội tiêu cực về tình dục và tuổi già (Michael và người khác, 1994).

Thời kỳ tắc dục và thời kỳ mãn kinh

Đối với phụ nữ, tuổi trung niên là sự thay đổi Sinh học rất lớn: mất đi khả năng sinh con bằng phương tiện tự nhiên (Rykken, 1987). *Quá trình này, được gọi là* thời kỳ tắc dục, *thường bắt đầu ở độ tuổi 40 và thường kết thúc vào cuối độ tuổi 50.* Độ dài thời gian cần có đối với mọi thay đổi sinh sản diễn ra khác nhau đáng kể ở từng phụ nữ, đối với một số chỉ mất một hay hai năm nhưng số khác thay đổi dần dần trong suốt mười năm. Thay đổi quan trọng nhất trong thời kỳ tắc dục là sự giảm đáng kể lượng kích tố động dục, nội tiết tố nữ quan trọng (Mayo Clinic, 1992).

Trong thời kỳ tắc dục, kinh nguyệt bất thường hơn và sau cùng dừng hẳn, sự thay đổi cụ thể này được gọi là thời kỳ mãn kinh. Mặc dù một số phụ nữ ngừng hành kinh ở độ tuổi 40, số khác vẫn còn hành kinh đều đặn vào giữa độ tuổi 50, hầu hết phụ nữ có kỳ kinh sau cùng vào đầu độ tuổi 50. Tuy nhiên, sự rụng trứng vẫn một hoặc hai năm sau kỳ kinh cuối cùng này, vì thế, phụ nữ không muốn bị rủi ro mang thai phải nên tiếp tục uống thuốc ngừa thai trong khoảng thời gian này.

Các nhà nghiên cứu nhận dạng hai tập hợp triệu chứng chính đi kèm với thời kỳ tắc dục và thời kỳ mãn kinh (DeAngelis, 1997). Triệu chứng liên quan yếu tố kích tố động dục *bao gồm toàn thân đỏ bừng, nóng ran, ra mồ hôi trộm, âm đạo khô, nước tiểu rò rỉ, là do sự giảm sút kích tố động dục.* Triệu chứng soma *bao gồm khó ngủ, nhức đầu, tim đập nhanh, cứng khớp hoặc đau khớp, cổ hoặc vai.* Sự khác biệt triệu chứng ở các dân tộc cũng được ghi nhận. Chẳng hạn, trong một nghiên cứu, phụ nữ Mỹ gốc Âu báo cáo có sự giảm triệu chứng soma sau thời kỳ tắc dục (Jackson, Taylor, & Pyngolil, 1991), trái lại, phụ nữ Mỹ gốc Phi báo cáo có nhiều triệu chứng liên quan với kích tố động dục hơn và ít triệu chứng soma hơn các nhóm dân tộc khác (DeAngelis, 1997). Phụ nữ Mỹ gốc Tây Ban Nha báo cáo nhịp tim đập nhanh hơn và nước tiểu rò rỉ trong khi phụ nữ Mỹ gốc Á báo cáo có triệu chứng ít nhất trong các nhóm (DeAngelis, 1997).

Sự giảm sút kích tố động dục mà phụ nữ trải qua liên quan đến nguy cơ dễ mắc bệnh loãng xương, bệnh tim mạch, và mất trí nhớ (Lichtman, 1996; Sherwin, 1997). Trong trường hợp bệnh tim mạch, trước khi bước sang tuổi 50, phụ nữ ít bị bệnh nhồi máu cơ tim gấp ba lần nam giới. 10 năm sau thời kỳ mãn kinh, khi phụ nữ ở độ tuổi 60, nguy cơ mắc bệnh ngang bằng nam giới. *Do những nguy cơ gia tăng này, và triệu chứng liên quan với kích tố động dục mà phụ nữ trải qua, nên nhiều nhà nghiên cứu và bác sĩ tán thành việc sử dụng* liệu pháp thay thế nội tiết tố (HRT), *phụ nữ sẽ uống các liều kích tố động dục thấp, và thường kết hợp với progestin.* HRT gây nhiều tranh cãi, và là tâm điểm của nhiều công trình nghiên cứu (Brinton & Schairer, 1997; Lichtman, 1996; Mayeaux & Johnson, 1996). HRT trông có vẻ vừa có hại vừa có lợi. Trong nhiều thập niên người ta chứng minh HRT làm giảm triệu chứng liên quan đến kích tố động dục vừa mô tả. Chứng cứ gần đây

VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tại sao ham muốn tình dục vẫn giữ nguyên không đổi mặc dù có sự thay đổi sinh học đang diễn ra?

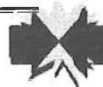
hơn cho thấy HRT cũng giảm nguy cơ mắc bệnh loãng xương và làm giảm lượng lipid trong máu (Lichtman, 1996). Mặc dù người ta tin rằng HRT làm giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch nhưng chứng cứ chưa rõ. Có thể tăng cân thường xảy ra ở thời kỳ mãn kinh, cùng với thực tế phụ nữ ý thức về sức khỏe có nhiều khả năng sử dụng HRT hơn, là những yếu tố quan trọng hơn (DeAngelis, 1997). Nghiên cứu cũng cho thấy HRT giúp duy trì trí nhớ ngắn hạn và dài hạn (Sherwin, 1997). Có dữ liệu cho rằng HRT đóng vai trò trong việc giúp phòng tránh bệnh Alzheimer (Henderson, 1997; Simpkins và người khác, 1997).

Bất chấp những lợi ích này, HRT cũng có khuyết điểm. Lo ngại chính là nguy cơ ung thư màng trong dạ con và ung thư vú gia tăng, nhất là sau khi sử dụng liệu pháp HRT từ 10 năm trở lên (Lichtman, 1996). May thay, nguy cơ bị ung thư màng trong dạ con phần lớn giảm bớt khi HRT dựa trên phân lượng kích tố động dục thấp hơn kết hợp với progestin. Dữ liệu về nguy cơ ung thư vú gia tăng hoàn toàn mâu thuẫn và khó hiểu – một số nghiên cứu nhận thấy nguy cơ gia tăng, một số thì không, một số phát hiện nguy cơ khi sử dụng HRT dài hạn, số khác không tìm thấy mối quan hệ rõ ràng. Vì những lý do này, nghiên cứu Sáng kiến sức khỏe phụ nữ và nhiều nghiên cứu theo chiều dọc khác do Viện y tế quốc gia tài trợ đang tiếp tục khảo sát những nguy cơ này.

Cho dù không có liệu pháp thay thế nội tiết tố thì hầu hết phụ nữ báo cáo rằng triệu chứng đi kèm với thời kỳ tắc dục không nghiêm trọng lắm (Matthews và người khác, 1990). Trong tất cả nền văn hóa được nghiên cứu, một vài phụ nữ bày tỏ sự hối tiếc khi mất khả năng sinh sản, và nhiều người cảm thấy mình thoải mái, khỏe hơn (Sheehy, 1992). Các tiếp cận thay thế trong việc giải quyết cả triệu chứng liên quan đến kích tố động dục lẫn soma đang rất thịnh hành (Soffa, 1996). Phương thuốc thảo dược, nhất là các loại có nhiều chất phytosterol, được sử dụng thật hiệu quả trong các nền văn hóa châu Á có thể là một lý do giải thích tại sao phụ nữ Mỹ gốc Á báo cáo có ít triệu chứng nhất (DeAngelis, 1997). Việc sử dụng chất đông bôi trơn gốc dầu (như chất K – Y) thường trị chứng khô âm đạo, bị đau rát khi giao hợp.

Tiến bộ gần đây trong công nghệ sinh sản giúp cho phụ nữ trong thời kỳ tắc dục vẫn có con được. Như được đề cập trong phần Tranh luận hiện nay, những ca như thế buộc chúng ta phải suy nghĩ lại ý nghĩa của thời kỳ tắc dục.

TRANH LUẬN HIỆN NAY: SINH CON SAU THỜI KỲ MÃN KINH



Công nghệ sinh sản chẳng hạn như thuốc sinh sản và thụ tinh trong ống nghiệm (xem Chương 2) giúp cho phụ nữ sau thời kỳ mãn kinh có con. Thật ra, năm 1997, Rosanno Dalla Corta, một phụ nữ 63 tuổi ở Viterbo, Ý, như trong ảnh chụp sinh con



thụ tinh trong ống nghiệm. Vì thế các nhà khoa học về cơ bản đã làm thay đổi qui luật sinh sản. Cho dù phụ nữ có qua thời kỳ tắc dục đi nữa thì vẫn sinh con được. Công nghệ sẽ làm cho phụ nữ có mang, nếu phụ nữ ấy muốn và nếu tiếp cận được các trung tâm y học phù hợp.

Điều này có ảnh hưởng gì đối với hiểu biết của chúng ta về sinh sản ở con người? Thay đổi toàn bộ khái niệm về thời kỳ mãn kinh cho rằng chấm dứt hoàn toàn việc sinh con. Một số phụ nữ sinh con sau thời kỳ mãn kinh phải làm như thế vì con gái của mình không thể sinh con được, họ xem hành động này là một cách khác để thể hiện tình yêu bố mẹ. Nhiều người khác cho rằng đây là cách bình đẳng hóa khả năng sinh sản ở tuổi trung niên giữa nam và nữ khi nam vẫn còn khả năng sinh sản trong suốt tuổi trưởng thành.

Rõ ràng, đây là những vấn đề phức tạp và một số rất nhỏ phụ nữ phải đối mặt. Nhưng khi công nghệ sinh sản tiếp tục tiến bộ nhanh hơn khả năng suy nghĩ của chúng ta về vấn đề thì chúng ta sẽ đối mặt với các vấn đề đạo đức ngày càng phức tạp hơn (Lindlaw, 1997). Bố mẹ trưởng thành già có nên sinh con không? Không phải là một lợi thế, nếu xét kinh nghiệm cuộc sống ở bố mẹ như thế, so với bố mẹ trẻ hơn? Sinh con như thế có phải là hành động ích kỷ hay không? Có phải là biện pháp thay thế có thể đứng vững đối với người trưởng thành nhỏ tuổi hơn muốn có gia đình hay không? Phụ nữ mang thai lớn tuổi hơn có bị nguy hiểm gì không? Họ có cảm nghĩ gì?

Thay đổi sinh sản ở nam

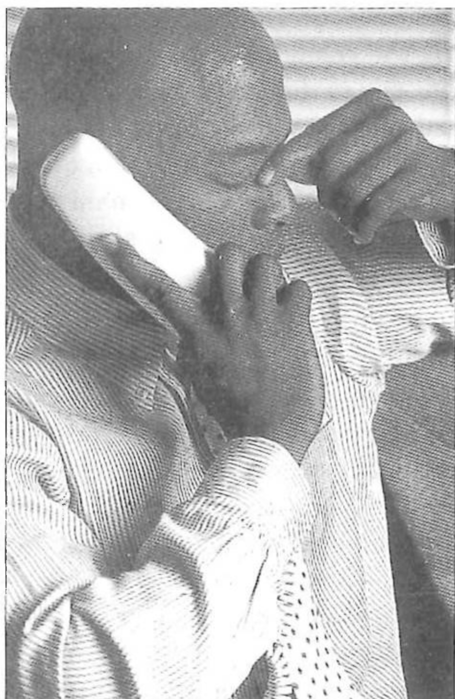
Thay đổi sinh sản ở nam không ấn tượng bằng. Sản xuất tinh trùng giảm dần khoảng 30% ở độ tuổi từ 25 – 60 (Solnick & Corby, 1983). Nhưng thậm chí đàn ông 80 tuổi vẫn còn một nửa khả năng thụ thai khi so với độ tuổi 25 và vẫn còn khả năng sinh con. Chức năng hoạt động tình dục thay đổi khi nam giới lớn tuổi. Hầu hết nam giới cần phải có nhiều thời gian hơn mới đạt được sự cương cứng và cực khoái, có cảm giác không cần xuất tinh, và trải qua giai đoạn mềm cơ lâu hơn trong khi không thể cương cứng được (Rykken, 1987). Việc đưa ra thuốc Viagra trong năm 1998 là sự điều trị y học đối với rối loạn cương ở một số nam giới. Một điểm quan trọng là không giống như phụ nữ, nam giới thường không mất khả năng sinh sản trong tuổi trưởng thành.

Nhiều người bị các rối loạn do thay đổi trong tuyến tiền liệt, nằm bên dưới bàng quang và quanh niệu đạo. Tuyến này tạo ra tinh dịch giúp tinh trùng sống sót trong môi trường âm đạo nhiều axít (Mayo Clinic, 1992). Với độ tuổi gia tăng, tuyến tiền liệt của nam nở to và hóa cứng, làm cho việc bài tiết khó khăn hơn. Nếu không có nhiễm trùng kèm theo thì tuyến tiền liệt nở to không nghiêm trọng. Tuy nhiên, ung thư tiền liệt tuyến trở thành mối đe dọa nghiêm trọng trong tuổi trung niên, khả năng mắc bệnh nhiều nhất ở độ tuổi 60 – 80 (Mayo Clinic, 1992). Mặc dù ung thư tuyến tiền liệt không phải là do sự nở to (thật ra vẫn chưa biết được nguyên nhân), sự nở to có thể bị chẩn đoán sai là bệnh ung thư nếu không tiến hành các xét nghiệm chẩn đoán cẩn thận hơn (Calciano và người khác, 1995).

CĂNG THẲNG VÀ SỨC KHỎE

Chắc chắn một điều – cuộc sống đầy dẫy căng thẳng. Hãy quan sát người đàn ông trong ảnh trang 510 và nghĩ đến lúc tất cả mọi chuyện khiến bạn khó chịu, chẳng hạn thi cử, công việc, mối quan hệ, tài chính. Đối với hầu hết mọi người, danh sách này dài thêm nhanh chóng. Nhưng bạn sẽ tự hỏi có phải mọi người ở mọi độ tuổi đều thế hay không? Có phải trong tuổi trung niên căng thẳng quan trọng hơn không?

Mặc dù căng thẳng ảnh hưởng đến con người ở mọi độ tuổi, nhưng trong tuổi trung niên ảnh hưởng của căng thẳng ngắn hạn lẫn dài hạn trở nên hiển nhiên nhất. Một



phần đây là vì phải cần có một thời gian các rối loạn căng thẳng mới hiện rõ, và một phần do sự mất đi dần dần khả năng của cơ thể, khi sự thay đổi bình thường đi kèm với lão hóa bắt đầu tấn công. Như bạn sẽ thấy, các yếu tố tâm lý đóng vai trò rất quan trọng.

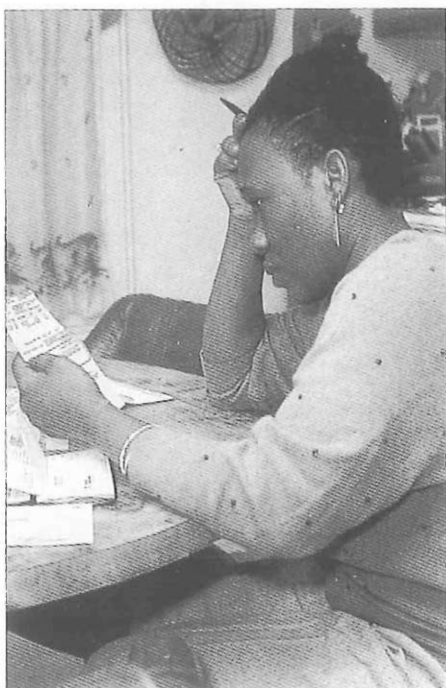
Bạn có thể nghĩ rằng căng thẳng ảnh hưởng đến sức khỏe chủ yếu ở những người đang làm một số loại công việc chẳng hạn như nhân viên kiểm soát không lưu, giám đốc điều hành kinh doanh cấp cao và tác giả sách giáo khoa. Thật ra, giám đốc điều hành kinh doanh có rối loạn sức khỏe liên quan đến căng thẳng ít hơn nhân viên phục vụ nữ, công nhân xây dựng, thư ký, kỹ thuật viên phòng thí nghiệm, nhân viên điều hành máy, công nhân nông trường và thợ sơn (McEwen, 1998; Smith và người khác, 1978). Tất cả những công việc thực sự gây căng thẳng cao có những điểm chung gì? Những công nhân này ít có sự kiểm soát trực tiếp đối với công việc của mình.

Mặc dù chúng ta hiểu một số yếu tố quan trọng ở nơi làm việc liên quan đến căng thẳng, hiểu biết của chúng ta phần lớn dựa vào nghiên cứu khảo sát nam giới tuổi trung niên. Thật không may, mối quan hệ giữa căng thẳng với độ tuổi, giới tính và dân tộc vẫn đang được tìm hiểu. Chẳng hạn, trong mọi nhóm độ tuổi, nữ có nhiều khả năng hơn nam báo cáo rằng căng thẳng có ảnh hưởng đáng kể đối với sức khỏe của mình (Bộ y tế và phục vụ con người của Mỹ, 1988). Những người ở tuổi trung niên báo cáo mức độ căng thẳng cao nhất, trong khi những người trên tuổi 65 báo cáo bị căng thẳng thấp nhất. Tại sao? Như chúng ta sẽ thấy trong phần sau, một phần lý do có thể là do số lượng áp lực mà những người ở tuổi trung niên cảm thấy: con đang học đại học, công việc có yêu cầu cao, đóng tiền thế chấp và các khoản chi phí khác cần phải thanh toán, phải chú ý hôn nhân, suôi gia thường thăm viếng, v.v...

➡ *Căng thẳng là gì?*

Hãy nghĩ về lần bạn cảm thấy bị căng thẳng gần đây nhất. Tình huống làm cho bạn bị căng thẳng là gì? Bạn cảm thấy ra sao? *Cấu trúc cho những câu hỏi này tạo ra cách tìm hiểu khuôn khổ thịnh hành được áp dụng để nghiên cứu căng thẳng,* căng thẳng và mô hình thích ứng. Vì căng thẳng và mô hình thích ứng nhấn mạnh sự tương tác giữa con người và môi trường, nên nó phù hợp với khuôn khổ Tâm sinh học xã hội.

Về mặt sinh lý, căng thẳng ám chỉ nhiều thay đổi cụ thể trong cơ thể (như nhịp tim đập nhanh hơn, lòng bàn tay ra mồ hôi, tiết nội tiết tố) (McEwen, 1998). Trước mắt, căng thẳng có lợi, thậm chí giúp bạn hoạt động đỉnh cao. Nhưng về lâu dài, nếu người phụ nữ trong ảnh trang 511 tiếp tục bị căng thẳng nhiều, thì sức khỏe cơ thể giảm sút và thậm chí dẫn đến tử vong (McEwen, 1998).



Bạn có cảm thấy bị căng thẳng hay không tùy thuộc vào cách bạn hiểu một sự kiện hoặc tình huống (Lazarus & Folkman, 1984). Sự kiện hoặc tình huống là gì, bạn giải quyết điều gì không phải là vấn đề quan trọng. *Bị căng thẳng khi bạn* đánh giá *một tình huống hoặc sự kiện như làm mệt mỏi hoặc quá sức các tiềm năng cá nhân, xã hội hoặc tiềm năng khác và gây nguy hiểm cho thể chất của mình. Đây là* điều rắc rối *mỗi ngày, hoặc vấn đề làm bạn khó chịu và phiền toái, chứng tỏ đặc biệt căng thẳng.*

Thích ứng *là một nỗ lực để đối phó với căng thẳng*. Người ta thích ứng trong nhiều cách khác nhau (Ishler và người khác, 1998). Đôi khi người ta thích ứng bằng cách cố gắng giải quyết vấn đề trực tiếp, chẳng hạn, bạn có thể thích ứng với một căn phòng hỗn độn bằng cách dọn đi. Vào những lúc khác, người ta tập trung vào cách mình cảm nhận về tình huống và giải quyết vấn đề bằng cảm xúc, cảm giác buồn sau khi chia tay với bạn đời sẽ là cách thích ứng với căng thẳng sống đơn độc. Đôi khi người ta thích ứng bằng cách xác định lại sự kiện không gây căng thẳng – nghĩa là không có gì quan trọng khi không xin được công việc mình muốn làm là minh họa của tiếp cận này. Vẫn còn nhiều người khác tập trung vào tiếp cận tôn giáo hoặc tinh thần, có lẽ nhờ Thượng đế giúp đỡ.

Người ta đánh giá các loại tình huống sự kiện khác nhau là căng thẳng vào những thời điểm khác nhau trong tuổi trưởng thành. Chẳng hạn, áp lực từ công việc và nuôi nấng gia đình đối với người trưởng thành nhỏ tuổi hơn và ở tuổi trung niên nhiều hơn người trưởng thành lớn tuổi hơn. Tuy nhiên, tác nhân gây căng thẳng do các bệnh mãn tính đối với người trưởng thành lớn tuổi hơn quan trọng hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn. Tương tự, cùng loại sự kiện có thể đánh giá khác nhau ở các độ tuổi khác nhau. Chẳng hạn, không chắc về sự ổn định của công việc vào đầu tuổi trưởng thành ít căng thẳng hơn, khi người ta kiếm được việc khác dễ dàng hơn tuổi trung niên, khi các triển vọng xin việc khác đều tan biến. Từ quan điểm Tâm sinh học xã hội, phải tính đến các yếu tố chu kỳ đời sống khi xem xét loại căng thẳng nào người lớn ở nhiều độ tuổi khác nhau thường gặp.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Kinh nghiệm sống và trình độ phát triển nhận thức ảnh hưởng đến sự đánh giá và thích ứng với căng thẳng ra sao?

Căng thẳng ảnh hưởng đến sức khỏe cơ thể như thế nào?

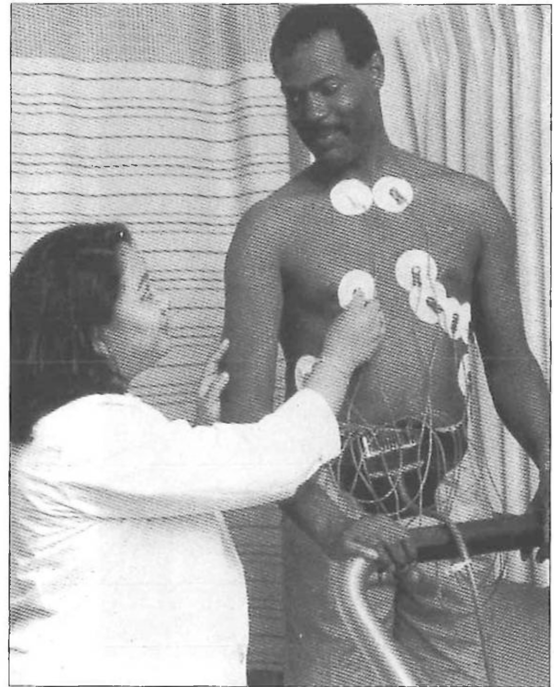
Người ta tiến hành nhiều nghiên cứu qua các năm để tìm hiểu sự liên kết giữa căng thẳng và sức khỏe cơ thể. Đã phát hiện một số liên kết và một số tương đối

biết rất rõ. Bạn cũng biết rằng căng thẳng thường đi kèm với nhức đầu dữ dội (Holyroad, Appel, & Andrasik, 1983). Có lẽ sự liên kết nổi tiếng nhất giữa căng thẳng và sức khỏe bao gồm sự liên kết với bệnh tim mạch. Phần lớn là do công trình tiên phong của Friedman và Rosenman (1974), chúng ta hiểu rằng hai mẫu hành vi khác nhau rất rõ theo nghĩa nguy cơ mắc bệnh tim mạch.

Những người thể hiện mẫu hành vi Loại A *thường mang tính ganh đua, giận dữ, thù địch, hiếu động, gây hấn, và không kiên nhẫn. Trái lại,* mẫu hành vi Loại B *thường trái ngược*. Cá nhân Loại A có khả năng mắc bệnh tim mạch gấp hai lần những người Loại B, cho dù đã tính đến các yếu tố nguy cơ khác như hút thuốc và cao huyết áp. Thật ra, hành vi Loại A là dấu hiệu báo trước trọng lượng cơ thể, tửu lượng hoặc mức độ hoạt động (Zmuda và người khác, 1997).

Những loại hành vi này liên quan đến *khả năng hồi phục* sau khi mắc bệnh nhồi máu cơ tim ra sao? Mặc dù tương đối hiếm, những người Loại B đôi khi cũng bị bệnh nhồi máu cơ tim. Ai hồi phục tốt hơn, người Loại A hoặc người Loại B?

Câu trả lời làm bạn phải ngạc nhiên. Ragland và Brand (1988) tiến hành một nghiên cứu theo dõi theo chiều dọc kéo dài 22 năm nghiên cứu ban đầu của Friedman và Rosenman và phát hiện rằng người Loại A bị bệnh nhồi máu cơ tim hồi phục nhanh hơn người Loại B. Tại sao? Một số đặc điểm của Loại A có thể là động cơ thúc đẩy nhiều người như người đàn ông trong ảnh chụp phải theo chế độ ăn kiêng và tập thể dục sau khi bị bệnh nhồi máu cơ tim và phải có thái độ tích cực hơn khi nghĩ đến chuyện hồi phục (Ivancevich & teson, 1988). Trái lại, mặc dù thành phần giận dữ và thù địch của hành vi Loại A làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch thì các thành phần khác có vẻ như hỗ trợ cho quá trình hồi phục (Ivancevich & Matteson,



1988). Trái lại, tiếp cận laid-back đời sống của những người Loại B thực sự có tác dụng chống lại họ trong quá trình hồi phục.

Bị căng thẳng cũng ảnh hưởng đến hệ miễn dịch tùy theo loại sự kiện (Cohen & Herbert, 1996). Trải qua các loại sự kiện tiêu cực dẫn đến kết quả chức năng miễn dịch giảm (Kiecolt-Glaser và người khác, 1984; Stone và người khác, 1994). Tương tự, trải qua các sự kiện tích cực trông có vẻ cải thiện chức năng hoạt động của hệ miễn dịch (Stone và người khác, 1994). Mặc dù sự liên kết giữa căng thẳng và chức năng hoạt động của hệ miễn dịch được xác lập tốt nhưng vẫn phải xem liệu kỹ thuật giảm bớt căng thẳng có đảo ngược ảnh hưởng của sự kiện tiêu cực hay không (Cohen & Hebert, 1996).

➡ *Căng thẳng ảnh hưởng đến sức khỏe tâm lý ra sao?*

Nhiều người vẫn cho rằng căng thẳng gây ra rối loạn tâm lý. Thật ra các nhà nghiên cứu đã biết qua nhiều thập niên rằng thậm chí có sự tích tụ căng thẳng

đi nữa cũng không trực tiếp gây ra chứng trầm cảm, bệnh tâm thần phân liệt, hoặc các rối loạn lo âu (Dohrenwend, 1979). Mặc dù căng thẳng không liên quan trực tiếp đến bệnh tâm thần nhưng nó đi kèm với các quá trình tâm lý khác. Chẳng hạn, căng thẳng mãn tính liên quan đến áp lực tiền bạc và sợ phạm tội dẫn đến sự cô lập xã hội và không tin người khác ở một số người lớn (Krause, 1991). Vì thế, mặc dù căng thẳng không trực tiếp gây ra bệnh tâm thần nhưng ảnh hưởng đến hành vi của con người.

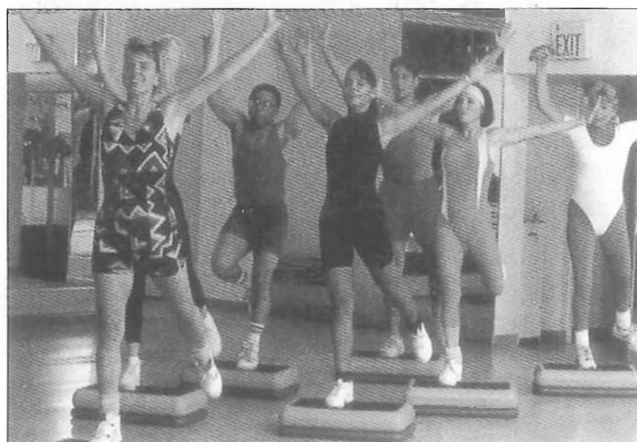
TẬP THỂ DỤC

Từ thời Hippocrates, thầy thuốc và các nhà nghiên cứu hiểu rằng tập thể dục làm chậm quá trình lão hóa rất đáng kể. Thật ra chứng cứ cho thấy một chương trình tập thể dục thường xuyên, kết hợp với cách sống lành mạnh mà chúng ta đề cập trong Chương 9, có thể làm chậm quá trình lão hóa sinh lý đến hàng thập niên (Thomas & Rutledge, 1986). Cuộc sống không vận động rất có hại cho sức khỏe của bạn.

Người lớn hưởng lợi từ tập aerobic, *tạo sự căng thẳng vừa phải đối với tim bằng cách duy trì mạch đập bằng 60 đến 90% nhịp tim đập tối đa.* Bạn có thể tính nhịp tim tối đa bằng cách lấy 220 trừ đi độ tuổi của mình. Vì thế, nếu bạn 40, mục tiêu của bạn phải là 108 –162 nhịp mỗi phút. Thời gian tối thiểu chúng ta cho tập aerobic có lợi tùy vào cường độ tập, ở nhịp tim thấp, cần tập khoảng một tiếng, trong khi ở nhịp tim cao, 15 phút là đủ. Minh họa của tập aerobic bao gồm chạy bộ, aerobic bước, bơi lội, trượt tuyết việt dã.

Điều gì xảy ra khi người ta tập aerobic (ngoài việc mệt mỏi và đầm đìa mồ hôi ra)? Về mặt sinh lý, người lớn ở mọi độ tuổi thể hiện chức năng hoạt động tim mạch tốt hơn và tiêu thụ oxy ở mức tối đa, hạ huyết áp, sức khỏe, có sức bền, linh động và phối hợp tốt hơn (Surgeon General, 1996). Về mặt tâm lý, người tập aerobic báo cáo mức độ căng thẳng thấp hơn, tâm trạng tốt hơn, chức năng hoạt động nhận thức tốt hơn (Surgeon General, 1996).

Cách tốt nhất để có được lợi ích của việc tập aerobic là phải duy trì sự khỏe mạnh cơ thể trong suốt quãng đời, ít nhất bắt đầu ở tuổi trung niên như những người trong ảnh chụp. Trong việc hoạch định một chương trình tập nên nhớ ba điểm (Surgeon General, 1996). Trước tiên, khám sức khỏe trước khi tập aerobic. Thứ hai, nên nhớ rằng mức độ vừa phải là điều quan trọng. Nghiên cứu gần 17.000 nam giới tuổi trung niên và lớn tuổi hơn phát hiện rằng những người tập ở mức vừa phải (đi bộ 9 dặm mỗi tuần hoặc đi xe đạp 6 – 8 giờ mỗi tuần) có nguy cơ tử vong thấp hơn người không tập từ 21% – 50%, trong khi những người tập quá gắng sức (đi bộ 20 dặm mỗi tuần hoặc đi xe đạp 15 giờ mỗi tuần) có nguy cơ tử vong cao hơn những người tập vừa phải rất nhiều. Thứ ba, lý do giải thích tại sao người ta tập thể dục thay đổi trong tuổi trưởng thành. Người trưởng thành nhỏ tuổi hơn thường tập thể dục để có thể hình đẹp trong khi người trưởng thành tuổi trung niên và lớn tuổi hơn quan tâm đến sức khỏe cơ thể và tâm lý hơn (Trujillo, Walsh, & Brougham, 1991).



TỰ KIỂM TRA

1. Khối lượng xương giảm là do bệnh ______.
2. Chấm dứt hành kinh gọi là ______.
3. Giảm khả năng sinh sản ở nam giới xảy ra ______.
4. Căng thẳng và mô hình ______ xác định căng thẳng trên cơ sở đánh giá tình huống như gây mệt mỏi cho thể chất của cá nhân.
5. Nghiên cứu biểu thị rằng cá nhân Loại ______ có khả năng hồi phục bệnh nhồi máu cơ tim tốt hơn cá nhân Loại ______.
6. Phương tiện truyền thông nhan nhãn các quảng cáo kem chống lão hóa, chế độ ăn kiêng và kế hoạch tập thể dục. Dựa vào những gì đã đọc được trong phần này, bạn đánh giá những quảng cáo này ra sao?

Trả lời: (1) bệnh loãng xương, (2) thời kỳ mãn kinh, (3) dần dần, (4) thích ứng, (5) A, B

PHÁT TRIỂN NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trí năng thực hành phát triển trong tuổi trưởng thành ra sao? Các xu hướng phát triển của các khả năng tập thể dục và không tập thể dục là gì?**
- **Người ta trở thành chuyên gia ra sao?**
- **Học hỏi trong suốt đời nghĩa là gì? Sự khác nhau giữa cách học của người lớn và thanh niên là gì?**

Phát triển nhận thức

Trí năng thực hành

Trở thành chuyên gia

Học hỏi suốt đời

KESHA, *một nhân viên xã hội 54 tuổi, được mọi người công nhận là chuyên gia cư trú khi nghiên cứu hệ thống phục vụ con người. Đồng nghiệp của cô học hỏi ở cô khả năng yêu cầu các cơ quan khác hợp tác, điều mà bình thường họ không làm được, và duy trì khách hàng cũng như các cuộc viếng thăm kiểm tra. Kesha quả quyết rằng không có gì gọi là bí mật cả – chỉ có kinh nghiệm tạo ra sự khác biệt.*

So với sự phát triển nhận thức nhanh chóng ở thời thơ ấu, hoặc những tranh cãi về nhận thức hậu chính thức ở đầu tuổi trưởng thành, sự phát triển nhận thức ở tuổi trung niên tương đối yên tĩnh. Nói chung, xu hướng phát triển trí năng được đề cập trong Chương 9 mang tính liên tục và củng cố. Đặc điểm phát triển nhận thức ở tuổi trung niên bao gồm việc phát triển các trình độ chuyên môn cao như Kesha thể hiện và tính linh động trong giải quyết vấn đề thực tế chẳng hạn như giải quyết các mẫu đơn phức tạp như mẫu thuế bên trái. Chúng ta cũng nhận thấy điều quan trọng là phải tiếp tục học hỏi trong suốt tuổi trưởng thành.

TRÍ NĂNG THỰC HÀNH

Hãy dành ít phút để nghĩ đến vấn đề sau (Denney, 1989, 1990; Denney, Pearce, & Palmer, 1982).

- Một phụ nữ tuổi trung niên đang làm món gà rán trong nhà, đột nhiên chảo dầu nóng bắt lửa, cháy bùng lên. Ngọn lửa bùng lên cao. Phụ nữ ấy nên làm gì?
- Một người đàn ông nhận thấy lò sưởi trong căn hộ thuê không hoạt động. Ông bảo chủ nhà gọi người đến sửa, chủ nhà đồng ý. Nhưng sau một tuần thời tiết lạnh lẽo và đã gọi chủ nhà nhiều lần nhưng lò sưởi vẫn chưa xong. Người đàn ông ấy nên làm gì?

Những vấn đề thực tế này khác với minh họa đánh giá trí năng linh động và kết tinh trong Chương 9. Những vấn đề này thực tế hơn, phản ánh tình huống trong đời thực mà con người thường đối mặt. Một ý kiến phê bình các đánh giá trí năng truyền thống là không đánh giá được các loại kỹ năng mà người lớn sử dụng trong thực tế cuộc sống hàng ngày (Labouvie-Vief, 1985). Hầu hết mọi người đều dành nhiều thời gian cho các công việc như kiểm soát tiền bạc của cá nhân, giải quyết những người không hợp tác và bù đầu trong các thời biểu không giờ rảnh hơn là giải quyết trạng thái rối rắm bí truyền.

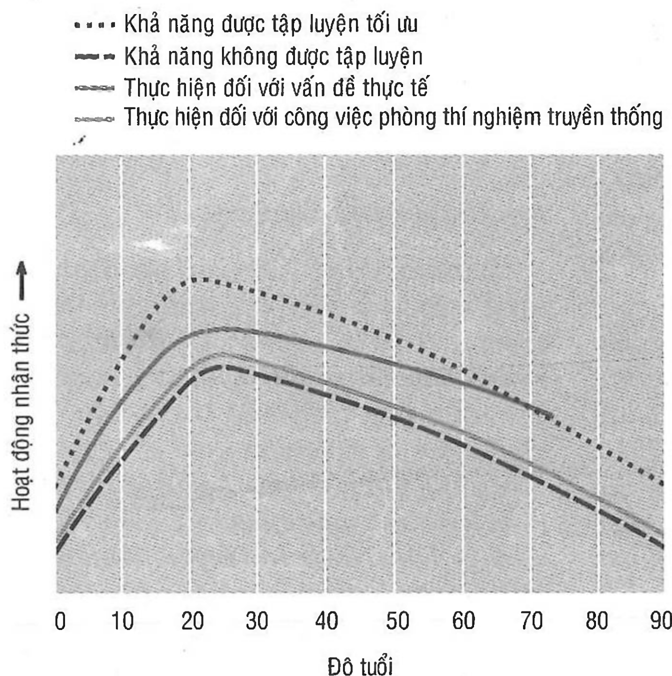
Đáp lại các khuyết điểm trong các tiếp cận truyền thống để trắc nghiệm trí năng của người lớn, xuất hiện nhiều cách đánh giá trí năng (Cavanaugh, 1991; Ceci, 1990; Dixon, 1992). *Những quan điểm thay thế này tập trung vào kỹ năng và kiến thức cần thiết cho những người hoạt động chức năng trong đời sống thường nhật, gọi là* trí năng thực hành. Minh họa ở đầu phần này mô tả cách đánh giá trí năng thực hành. Những vấn đề ngoài đời thật như thế khác với các trắc nghiệm truyền thống theo ba cách chính (Wagner & Sternberg, 1986): người ta có động cơ thúc đẩy giải quyết vấn đề nhiều hơn, kinh nghiệm cá nhân thích hợp hơn, và có nhiều câu trả lời đúng.

Thuyết của Denney

Denney (1982) đặt thành định đề rằng việc thực hiện các trắc nghiệm trí năng thực hành tùy vào hai thành phần khác nhau với xu hướng phát triển được thể hiện trong biểu đồ trang 516. *Nét gạch đậm cách quãng dưới cùng tượng trưng* khả năng không tập luyện, *mức độ thực hiện mà một người thể hiện không có thực hành hoặc tập luyện.* Khả năng không tập luyện là những khả năng không sử dụng thường xuyên, không được phát triển tốt, hoặc huy động để giải quyết các tình huống mới. Chẳng hạn, khi bạn gặp một vấn đề trước đây chưa hề thấy thì kỹ năng nhận thức bạn đang

có là khả năng không tập luyện của mình. Khả năng không tập luyện phản ánh giới hạn thấp trong khả năng thực hiện vấn đề nhận thức. Lưu ý rằng các công việc phòng thí nghiệm truyền thống chẳng hạn như các công việc bao gồm nhiều trắc nghiệm trí năng, gần giống với khả năng không tập luyện.

Đường chấm chấm tượng trưng khả năng được tập luyện tối ưu, *mức độ thực hiện mà một người lớn khỏe mạnh bình thường thể hiện trong điều kiện tập luyện hoặc thực hành tốt nhất.* Khả năng được tập luyện tối ưu là những khả năng bạn sử dụng nhiều nhất hoặc những khả năng bạn thực hành nhiều nhất. Vấn đề gợi ra những khả năng này thường được thực hiện một cách chính xác và nhanh hơn những khả năng kiểm tra khả năng không tập luyện, như bạn thấy bằng cách so sánh nét gạch đậm với nét chấm chấm trong hình vẽ. Khả năng được tập luyện tối ưu phản ánh các lĩnh vực trong đó bạn có khả năng chuyên môn nhiều hơn.



Denney, 1982.

trang 516

Một khả năng cụ thể có phải là khả năng không được tập luyện hoặc được tập luyện tối ưu hay không thì thay đổi khác nhau từ cá nhân này sang cá nhân khác. Chẳng hạn, một người ít được đào tạo trong lập trình máy tính trong khi trưởng nhóm lập trình ở hãng Microsoft phải có kỹ năng cao. Vì thế, khả năng được phân loại ra sao tùy vào kinh nghiệm và khả năng chuyên môn của người ấy, đó không phải là thuộc tính của kỹ năng đang nghi vấn. Đây là sự khác biệt quan trọng vì có nghĩa là sự can thiệp chẳng hạn như thực hành bổ sung hoặc giáo dục bổ sung có thể định hình tuyến đường phát triển của một khả năng cụ thể.

Quá trình phát triển các khả năng không được tập luyện và được tập luyện tối ưu như nhau: chúng tăng cho đến khi đầu tuổi trưởng thành, dậm chân tại chỗ trong suốt tuổi trung niên, sau đó giảm. Như trong biểu đồ, sự khác nhau giữa việc thực hiện các vấn đề thực tế và khả năng được tập luyện tối ưu được giả thuyết kết thúc nhanh trong tuổi trung niên. Nhưng dữ liệu ủng hộ cho tư biện của Denney hay không?

Khi câu trả lời của con người đối với các vấn đề thực tế được đánh giá dưới dạng câu trả lời ấy chắc chắn có hiệu quả hay không thì trí năng thực hành không có vẻ giảm sút đáng kể cho đến cuối đời (Denney, 1989, 1990). Giải pháp thành công tùy vào kinh nghiệm trước, vì thế không có gì đáng ngạc nhiên khi sự trưởng thành thường có các tiếp cận hiệu quả trong giải quyết vấn đề. Mẫu này giống với mẫu chúng ta đã gặp ở trí năng kết tinh trang 393 (Heidrich & Denney, 1994). Tuy nhiên, số lượng giải pháp được tạo ra thường đạt đỉnh điểm ở tuổi trung niên và sau đó có phần nào giảm sút (Denney & Pearce,

1989). Mẫu này gợi nhớ trí năng linh động (xem trang 392-393). Vì thế, trong khi người trưởng thành ở mỗi độ tuổi có thể hình dung như thể một cách hiệu quả để giải quyết người chủ nhà không hợp tác thì số lượng giải pháp mà con người tạo ra thường giảm dần theo độ tuổi.

Trí năng thực hành và suy nghĩ hậu chính thức

Liên kết bổ sung giữa trí năng thực hành và suy nghĩ hậu chính thức được tiến hành trong suốt tuổi trưởng thành (Blanchard-Fields, Janke, & Camp, 1995). Một cách cụ thể, mức độ mà một vấn đề thực tế gợi ra một phản ứng cảm xúc, kết hợp với kinh nghiệm và cách suy nghĩ ưa chuộng của cá nhân, xác định liệu cá nhân ấy có sử dụng phân tích nhận thức (suy nghĩ cách giải quyết vấn đề), hành động tập trung vào vấn đề (giải quyết vấn đề trước mắt bằng cách làm một điều gì đó), hành vi bị động – lệ thuộc (rút lui khỏi tình huống) hoặc suy nghĩ né tránh và phủ nhận (cố gắng kiểm soát ý nghĩa của vấn đề).

Đối với người lớn ở cuối tuổi trung niên, vấn đề cảm xúc cao đi kèm với các tiếp cận bị động - phụ thuộc và né tránh – phủ nhận. Mặc dù, thật thú vị, các vấn đề liên quan đến vấn đề công cụ chẳng hạn như vấn đề người tiêu dùng và quản lý nhà cửa được giải quyết khác nhau (Blanchard-Fields, Chen, & Norris, 1997). Người trưởng thành ở tuổi trung niên áp dụng chiến lược tập trung vào vấn đề giải quyết vấn đề công cụ thường xuyên hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn hoặc trẻ vị thành niên. Rõ ràng, chúng ta không thể nêu đặc điểm giải quyết vấn đề ở tuổi trung niên một cách bất kỳ.

Trí năng thực hành cũng nổi bật như một tiếp cận quan trọng trong đánh giá năng lực thực hiện công việc thường ngày của người trưởng thành. Trắc nghiệm Công việc trong sinh hoạt thường nhật được quan sát (ODTL) đánh giá sự chuẩn bị thực phẩm, uống thuốc, và sử dụng điện thoại, qua kỹ năng quan trọng cần thiết cho sinh hoạt độc lập (Diehl, Willis, & Schaie, 1995). ODTL là công cụ hữu dụng trong việc xác định người trưởng thành có khả năng tự mình sinh hoạt được hay không. Chúng ta sẽ tìm hiểu nhiều hơn vấn đề này trong Chương 14 khi khảo sát chủ đề người lớn lớn tuổi hơn nhu nhược.

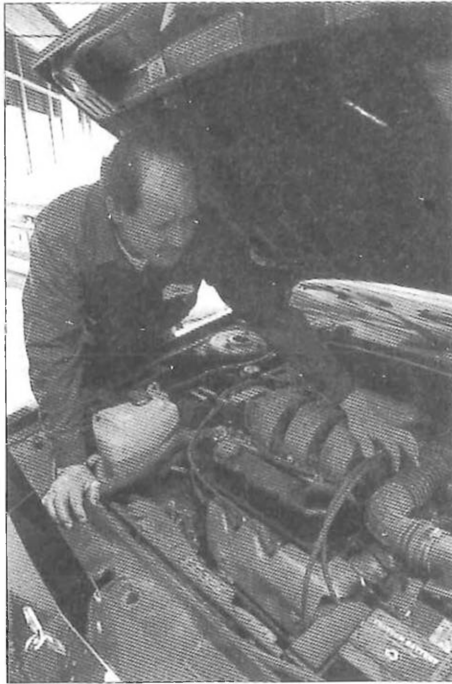
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Phân tích nhận thức, hoạt động tập trung vào vấn đề, hành vi bị động – phụ thuộc, suy nghĩ né tránh và phủ nhận liên quan với việc thích ứng căng thẳng ra sao?

TRỞ THÀNH CHUYÊN GIA

Một hôm, John Cavanaugh khi đang lái xe đột nhiên chiếc xe bắt đầu lịch xịch. Với sự khéo léo sẵn có, anh tấp xe vào lề đường, tắt máy, mở cốp xe, kiểm tra bên trong. Thật vô vọng, đối với anh, trông có vẻ là mớ bòng bong với nhiều bộ phận xa lạ. Khi xe được kéo về gara, một thợ máy tuổi trung niên giống như người trong ảnh trang 518 bước ra kiểm tra. Trong vòng vài phút, xe chạy êm ru như xe mới. Tại sao?

Chúng ta đã biết trong Chương 9 các khía cạnh trí năng dựa trên kinh nghiệm (trí năng kết tinh) thường cải thiện trong hầu hết tuổi trưởng thành. Một số người theo thuyết Phát triển đã đi quá xa khi khẳng định rằng mỗi người trong chúng ta đều trở thành một chuyên gia trong lĩnh vực nào đó có ý nghĩa quan trọng đối với chúng ta chẳng hạn như công việc, mối quan hệ giữa cá nhân với nhau, nấu ăn, thể thao hoặc sửa xe (Dixon, Kramer, & Baltes, 1985). Trong ý nghĩa này, một chuyên gia (như thợ máy hoặc Kesha, nhân viên xã



hội trong phần minh họa) là người trong công việc giỏi hơn người không dùng công sức vào công việc đó (như John Cavanaugh, dưới dạng sửa xe). Chúng ta thường trở thành chuyên gia tuyển chọn trong một số lĩnh vực, trong khi ở các lĩnh vực khác vẫn còn ở mức nghiệp dư hoặc chỉ mới bắt đầu học.

Điều gì làm cho chuyên gia giỏi hơn người mới học? Quan trọng nhất, chuyên gia hình thành một kho kiến thức về các cách thay thế trong giải quyết vấn đề hoặc ra quyết định. Những kiến thức này giúp cho họ vượt xa các bước mà người mới học rất cần (Ericsson & Smith, 1991). Chuyên gia không phải lúc nào cũng theo nguyên tắc như người mới học, họ linh động, sáng tạo và tò mò hơn, có chiến lược thực hiện công việc vượt trội hơn (Charness & Bosman, 1990). Thậm chí họ có thể chậm hơn theo nghĩa tốc độ thô vì họ dành nhiều thời gian để lên kế hoạch, khả năng của chuyên gia bỏ qua các bước giúp họ có lợi thế dứt khoát. Theo cách nào đó, điều này tượng trưng "chiến thắng của kiến thức so với lập luận" (Charness & Bosman, 1990).

Chứng cứ nghiên cứu cho thấy hoạt động của chuyên gia đạt đỉnh điểm ở tuổi trung niên và sau đó giảm nhưng không đáng kể (Charness & Bosman, 1990). Tuy nhiên, sự giảm sút trong hoạt động của chuyên gia gần như không nhiều bằng khả năng xử lý thông tin, trí nhớ và trí năng linh động làm nền tảng cho khả năng chuyên môn. Vì thế, có vẻ như kiến thức dựa trên kinh nghiệm là một thành phần quan trọng của khả năng chuyên môn.

Nhưng tại sao khả năng chuyên môn và xử lý thông tin, trí nhớ, và trí năng linh động không liên quan mật thiết với nhau? Nói chung, chúng ta đã thấy trong Chương 9 rằng các khả năng sau này làm nền tảng cho hoạt động nhận thức tốt. Rybash, Hoyer, và Roodin (1986) đưa ra một quá trình gọi là *gói gọn* làm câu trả lời. *Quan điểm của họ là* quá trình suy nghĩ *(xử lý thông tin, trí nhớ, trí năng linh động) được liên kết hoặc* gói gọn *với* sản phẩm suy nghĩ *(khả năng chuyên môn).* Quá trình gói gọn này giúp cho chuyên gia bù trừ sự sút giảm trong khả năng cơ bản, có lẽ bằng cách làm cho suy nghĩ hiệu quả hơn (Hoyer & Rybash, 1994).

Chúng ta hãy xem xét sự gói gọn có tác động ra sao ở người thợ máy. Nói chung, những người trở thành thợ máy đều được dạy cách suy nghĩ như thể mình đang chơi trò chơi Hai mươi câu hỏi, trong đó chiến lược tối ưu là phải hỏi một câu sao cho câu trả lời loại trừ một nửa khả năng còn lại. Lúc đầu, người thợ máy học chiến lược suy nghĩ và kiến thức nội dung về ô tô riêng biệt. Nhưng khi đã có kinh nghiệm sửa xe thì chiến lược suy nghĩ và kiến thức nội dung phải hợp nhất, thay

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Có thể dạy khả năng chuyên môn được không? Tại sao có, tại sao không?

vì phải trải qua tiếp cận Hai mươi câu hỏi, thì người thợ máy thành thạo chỉ "biết" xúc tiến bằng cách nào. Mẫu phát triển nhận thức này ở người trưởng thành rất khác với mẫu ở trẻ con (Hoyer & Rybash, 1994). Trong trường hợp của người lớn, sự phát triển hướng đến sự thành thạo và năng lực thích nghi trong các lĩnh vực cụ thể, trong khi trong thời thơ ấu đồng dạng hơn trong khắp lĩnh vực nội dung.

Một trong những kết quả của gói gọn có vẻ là sự giảm sút khả năng giải thích làm cách nào người ta đi đến một câu trả lời cụ thể (Hoyer & Rybash, 1994). Trông có vẻ tính hiệu quả gia tăng do hợp nhất quá trình với sản phẩm suy nghĩ bằng cái giá có khả năng giải thích người khác mình đang làm gì. Điều này có thể giải thích tại sao một số giáo viên có lúc gặp khó khăn khi giải thích các bước khác nhau trong giải quyết vấn đề cho học trò mới, nhưng có lúc dễ giải thích cho học trò tốt nghiệp vì họ có nền tảng và kinh nghiệm nhiều hơn.

Chúng ta sẽ trở lại chủ đề khả năng chuyên môn trong Chương 13 khi đề cập sự hiểu biết, mà một số người cho là kết quả của việc trở thành chuyên gia trong cuộc sống.

HỌC HỎI SUỐT ĐỜI

Tất cả những người trong ảnh chụp có những điểm chung gì? Họ làm việc trong các nghề mà trong đó thông tin và công nghệ đang thay đổi nhanh chóng. Để theo kịp những thay đổi này, nhiều tổ chức và nghề chuyên môn ngày nay nhấn mạnh tầm quan trọng của việc học hỏi phương pháp hơn là học hỏi nội dung cụ thể có thể lỗi thời trong một vài năm nữa. Đối với hầu hết mọi người, trình độ đại học có lẽ không phải là kinh nghiệm giáo dục sau cùng của mình trong nghề. Nhân viên trong nhiều nghề chuyên môn như ngành y, điều dưỡng, công tác xã hội,





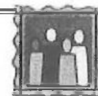




Tâm lý học và giáo dục hiện nay được yêu cầu phải tiếp tục học để luôn bắt kịp trong lĩnh vực của mình.

Nhu cầu học hỏi trong suốt đời thấy rõ ở hầu hết các khu trường sở. Có lẽ bạn đã thấy nhiều người lớn ở tuổi trung niên trong lớp học của mình (hoặc bạn có thể là một người ở tuổi trung niên như thế). Câu chuyện một sinh viên ở tuổi trung niên được trình bày trong phần Người thật việc thật. Nhiều giảng viên đại học đang đưa các yếu tố kinh nghiệm vào trong khóa học như là một phản ứng trước nhu cầu phải gắn liền với thực tế.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: TUỔI TRUNG NIÊN VẪN HỌC ĐẠI HỌC



Patrice làm việc trong ngành tiết kiệm và cho vay trong 15 năm, leo đến vị trí Phó chủ tịch phụ trách tiết kiệm và đầu tư. Thành tích của cô thậm chí nổi bật hơn khi cô chỉ có bằng phổ thông trung

học. Nhưng nếu cô muốn đổi công việc thì phải gặp một thực tế khắc nghiệt: không có bằng đại học, cô ít có cơ hội giữ vị trí ở cấp điều hành khác, cho dù cô có 15 năm kinh nghiệm đi nữa. Vì thế, ở tuổi 37, Patrice quyết định nghỉ việc để đi học.

Vượt qua sự lo ngại rằng mình không thể theo kịp các sinh viên nhỏ tuổi khác. Lý do đi học của cô khác hẳn lý do của bạn bè trong lớp nhỏ tuổi hơn, Patrice đi học vì lòng tự trọng hơn là làm cho người khác vừa lòng. Cô nhận thấy kinh nghiệm sống của mình là một lợi thế, sau cùng nhiều sinh viên khác tìm cách học hỏi ở cô. Kỹ năng học của cô cũng khác. Cô nhận thấy khó nhớ được thông tin bằng cách học vẹt, thay vào đó, cô chú trọng cách kết hợp thông tin với nhau. Mặc dù điểm số có phần nào cũng quan trọng đối với cô nhưng học tập luôn là mục tiêu chính. Cô thích chứng kiến việc mình áp dụng kiến thức đã học trong một lớp này vào một lớp khác, và các giáo sư bày tỏ sự hài lòng, thích thú khi trong lớp có cô.

Sau 5 năm, Patrice lấy bằng kế toán. Cô thể hiện phẩm chất xuất sắc của mình khi mỗi học kỳ trong trường đại học cô đều có tên trong danh sách khen thưởng của khoa, điều này thật sự giúp cô có cảm giác hưng phấn về những gì mình đã đạt được.

Học hỏi suốt đời cũng diễn ra trong các bối cảnh khác ngoài khu trường sở. Nhiều tổ chức mở các cuộc hội thảo cho nhân viên với dải chủ đề rất rộng, từ chủ đề liên quan đến công việc cụ thể cho đến hoạt động trong thời gian giải trí. Ngoài ra, nhiều kênh truyền hình cáp đưa ra chương trình giáo dục cơ bản, máy tính nối mạng và bảng thông báo về các chương trình trao đổi giáo dục. Chỉ cách một vài thế hệ, giáo dục trung học là tấm vé có được việc làm ổn định suốt đời. Ngày nay, học hỏi suốt đời nhanh chóng trở thành một chuẩn mực.

Học hỏi suốt đời là giành lấy sự thừa nhận như là cách tốt nhất để tiếp cận nhu cầu giáo dục tiếp tục và để tái đào tạo nhân viên bị sa thải. Nhưng học hỏi suốt đời có nên được tiếp cận như một sự mở rộng kinh nghiệm giáo dục ban đầu hay không? Knowles (1984) lập luận rằng giáo dục nhắm vào trẻ và thanh niên khác với giáo dục nhắm vào người lớn. Học viên người lớn khác với học viên nhỏ tuổi hơn theo nhiều cách:

- Người trưởng thành có nhu cầu cao hơn muốn hiểu tại sao mình phải học một điều gì đó trước khi đảm nhận.
- Người trưởng thành tham gia tình huống học tập xây dựng trên kinh nghiệm nhiều hơn và khác nhau.
- Người trưởng thành sẵn sàng học những vấn đề mà họ nghĩ là cần thiết cho việc giải quyết các vấn đề thực tế hơn là các tình huống trừu tượng theo giả thuyết.
- Hầu hết người trưởng thành đều có động cơ thúc đẩy học tập bằng các yếu tố bên trong (như sự hài lòng cá nhân hoặc tự trọng) hơn các yếu tố bên ngoài (như đề bạt trong công việc hoặc tăng lương).

Học hỏi suốt đời ngày càng trở nên quan trọng mà các nhà giáo dục cần ghi nhớ các kiểu học tập sẽ thay đổi khi con người lớn tuổi.

TỰ KIỂM TRA

1. Kỹ năng và kiến thức cần thiết cho con người hoạt động chức năng trong đời sống thường nhật tạo thành ______.

2. Sự khác nhau giữa thực hiện các vấn đề thực tế và khả năng được tập luyện tối ưu được giả thuyết phải ______ trong tuổi trung niên.

3. Cho dù có thể chậm hơn theo nghĩa tốc độ thô nhưng các chuyên gia đang ở lợi thế thấy rõ so với người mới học vì họ ______.
4. Cách trong đó quá trình suy nghĩ kết hợp với sản phẩm suy nghĩ được gọi là ______.
5. Do công nghệ và thông tin đang thay đổi nhanh, hiện nay nhiều nhà giáo dục ủng hộ khái niệm ______.
6. Dựa vào những thay đổi phát triển nhận thức được mô tả trong phần này, người trưởng thành ở tuổi trung niên thực hiện loại hình công việc nào tốt nhất?

Trả lời: (1) trí năng thực hành, (2) thu hẹp, (3) có thể bỏ qua các bước, (4) gói gọn, (5) học hỏi suốt đời

NHÂN CÁCH

Mục tiêu nghiên cứu

- **Mô hình 5 yếu tố là gì? Chứng cứ nào cho thấy sự ổn định trong nét nhân cách?**
- **Có những thay đổi gì trong quan tâm cá nhân và ưu tiên của con người? Một người đạt đến khả năng sản xuất ra sao? Tuổi trung niên được mô tả tốt nhất là như thế nào?**

Nhân cách

Tính ổn định là qui luật: Mô hình năm yếu tố

Thay đổi là qui luật: thay đổi thứ tự ưu tiên ở tuổi trung niên

JIM *biểu hiện mọi dấu hiệu. Anh ly hôn vợ gần 20 năm để bước vào mối quan hệ với một phụ nữ nhỏ hơn mình 15 tuổi, bán chiếc ô tô mui kín cỡ trung trông có vẻ bình thường để mua chiếc ô tô thể thao màu đỏ, và bắt đầu thường xuyên đến câu lạc bộ sức khỏe tập luyện sau nhiều năm ru rú ở nhà. Jim quả quyết rằng trong nhiều năm anh không cảm thấy điều này tốt, anh hạnh phúc vì đã tạo ra sự thay đổi này vào tuổi trung niên. Tất cả bạn bè của Jim đều đồng ý: rõ ràng đây là một trường hợp khủng hoảng trong tuổi trung niên.*

Chủ đề phát triển nhân cách trong tuổi trung niên đưa chúng ta vào một trong những tranh luận nóng hổi nhất về lý thuyết và nghiên cứu trong sự phát triển ở người trưởng thành và lão hóa. Hãy chọn trường hợp của Jim. *Nhiều người cứ nghĩ rằng tuổi trung niên thường có một khủng hoảng qui phạm gọi là* khủng hoảng tuổi trung niên. Trông có vẻ có nhiều chứng cứ ủng hộ quan điểm này dựa trên nghiên cứu mẫu như nghiên cứu mẫu về Jim. Nhưng trông có vẻ là tất cả mọi thứ hay không? Chúng ta tìm hiểu trong tiết này.

Không như hầu hết các chủ đề khác mà chúng ta đề cập trong chương này nghiên cứu về nhân cách ở người lớn tuổi trung niên như những người trong ảnh chụp trang 522 chẳng hạn như tiếp cận phân tâm học chúng ta đề cập trong Chương 1. Sự khác biệt nữa là phần lớn nghiên cứu mà chúng ta sẽ khảo sát là nghiên cứu theo chiều dọc, cũng được đề cập trong Chương 1.



Trước tiên, chúng ta phải tìm hiểu chứng cứ cho rằng nét nhân cách vẫn giữ nguyên khá ổn định trong tuổi trưởng thành. Quan điểm này đưa ra khẳng định rằng vào đầu tuổi tuổi trưởng thành bạn ra sao thì trong suốt phần đời còn lại bạn sẽ như thế. Thứ hai chúng ta khảo sát chứng cứ cho rằng ưu tiên của con người và quan tâm cá nhân thay đổi trong suốt tuổi trưởng thành, đòi hỏi người lớn phải luôn đánh giá lại. Quan điểm thay thế khẳng định rằng thay đổi là qui luật trong suốt tuổi trưởng thành.

Không có thời điểm nào khác trong quãng đời có tranh luận về tính ổn định so với thay đổi lại nóng hổi như tranh luận về nhân cách ở tuổi trung niên. Trong phần này, chúng ta khảo sát chứng cứ cho cả hai quan điểm.

TÍNH ỔN ĐỊNH LÀ QUI LUẬT: MÔ HÌNH NĂM YẾU TỐ

Một trong những tiến bộ quan trọng nhất trong nghiên cứu về sự phát triển ở người lớn và tuổi già trong vài thập niên qua là sự xuất hiện thuyết nhân cách nhằm mục đích mô tả người lớn. Hầu hết do nỗ lực của Paul Costa, Jr., và Robert McCrae, chúng ta có thể mô tả các nét nhân cách của người lớn sử dụng năm khía cạnh (Costa & McCrae, 1990): loạn thần kinh, hướng ngoại, mở rộng kinh nghiệm, tính dễ chịu, và tính ngay thẳng. Những khía cạnh này có cơ sở vững chắc trong nghiên cứu cắt ngang, theo chiều dọc và theo chuỗi, trước tiên, chúng ta hãy khảo sát từng khía cạnh.

- Loạn thần kinh. *Người thuộc khía cạnh* loạn thần kinh *cao thường có khuynh hướng lo âu, thù địch, ý thức cái tôi, trầm cảm, bốc đồng và dễ bị thương tổn.* Họ có thể biểu hiện cảm xúc tiêu cực hoặc mãnh liệt cản trở khả năng hòa hợp với người khác hoặc giải quyết vấn đề trong đời sống thường nhật. Những người có khía cạnh này thấp thường điềm tĩnh, ôn hòa, thoải mái, hài lòng với bản thân, điềm nhiên, và táo bạo.
- Tính hướng ngoại. *Cá nhân có khía cạnh* hướng ngoại *cao thường phát triển sự tương tác xã hội, thích trò chuyện, dễ nhận trách nhiệm, sẵn sàng bày tỏ quan điểm và cảm xúc của mình, thích luôn hoạt động, có nghị lực vô hạn và thích các môi trường kích thích và nhiều thử thách hơn.* Những người như thế thường thích các công việc giao tiếp với người khác, chẳng hạn công tác xã hội và mua bán, và họ thường có mục tiêu nhân văn hơn. Những người có khía cạnh hướng ngoại thấp thường dè dặt, thụ động, trầm lặng, nghiêm nghị, và không phản ứng về mặt cảm xúc.
- Mở rộng kinh nghiệm. *Người có khía cạnh* mở rộng kinh nghiệm *thường có cuộc sống mơ mộng và trí tưởng tượng sống động, hiểu được giá trị của nghệ thuật và khao khát mãnh liệt muốn thử làm bất kỳ việc gì chỉ một lần.* Những cá nhân này thường mang bản tính hiếu kỳ tự nhiên đối với sự vật và ra quyết định dựa trên các yếu tố tình huống hơn là các nguyên tắc tuyệt đối. Những người sẵn sàng mở rộng đối với kinh nghiệm

mới thường nhấn mạnh tương đối ít về lợi ích kinh tế cá nhân. Họ thường chọn các công việc chẳng hạn như mục sư hoặc tư vấn, đưa ra nhiều kinh nghiệm khác nhau hơn là được hưởng lương cao. Những người có khía cạnh mở rộng kinh nghiệm thấp thường rất thực tế, không sáng tạo, theo quy ước, không có tính hiếu kỳ và bảo thủ.

- Tính dễ chịu. *Cá nhân có khía cạnh* tính dễ chịu *cao đi kèm với sự chấp nhận, sẵn sàng làm việc với người khác và quan tâm.* Thật thú vị, những người có khía cạnh thấp (như biểu hiện mức độ *phản kháng* cao) biểu hiện nhiều đặc điểm của mẫu hành vi Loại A được đề cập ở đầu chương này. Họ thường nhẫn tâm, hoài nghi, phản đối, phê bình và cáu kỉnh.
- Tính ngay thẳng. *Những người biểu hiện mức* ngay thẳng *cao thường làm việc chăm chỉ, nhiều tham vọng, có nghị lực, thận trọng và kiên nhẫn.* Những người như thế luôn mong muốn tự mình làm điều gì đó. Những người có mức ngay thẳng thấp thường có khuynh hướng cẩu thả, lười biếng, phá rối, đi muộn, không mục đích và không kiên nhẫn.

Chứng cứ cho sự ổn định đặc điểm là gì?

Costa và McCrae, cũng như các nhà nghiên cứu khác, nghiên cứu liệu các khía cạnh nhân cách có giữ nguyên không đổi trong suốt tuổi trưởng thành hay không. Trong một nghiên cứu (Costa, McCrae, & Arenberg, 1980), có hơn 100 người được trắc nghiệm 3 lần, với mỗi lần trắc nghiệm theo dõi cách khoảng sáu năm. Thậm chí qua khoảng thời gian 12 năm, khía cạnh đặc điểm nhân cách được khảo sát vẫn giữ nguyên không đổi.

Chứng cứ này có phải là sự may rủi hay không? Rõ ràng là không. Các nhà nghiên cứu khác tìm thấy sự ổn định tương tự trong thời gian hơn 8 năm (Siegler, George, & Okun, 1979) và thậm chí trong thời gian hơn 30 năm (Leon và người khác, 1979). Thậm chí sự đánh giá của vợ chồng về đặc điểm nhân cách của người bạn đời cho thấy không có sự thay đổi theo hệ thống trong hơn 6 năm (Costa & McCrae, 1988). Vì thế, trông có vẻ đặc điểm nhân cách của con người ít thay đổi trong quãng thời gian thật dài.

Mặc dù mô hình năm yếu tố được mọi người biết đến và có vẻ như có nhiều chứng cứ ủng hộ nhưng không phải hoàn hảo. Một số tác giả lập luận rằng việc phát hiện tính ổn định là do sự giả mạo số liệu thống kê và cần phải tiến hành nghiên cứu được thiết kế cẩn thận hơn (Alwin, 1994; Block, 1995). Tác giả khác nêu rõ mô hình năm yếu tố không giải thích hành vi con người, xem nhẹ bối cảnh văn hóa xã hội diễn ra sự phát triển, và thu nhỏ con người thành điểm số dựa trên năm khía cạnh bám chặt vào các từ được giả định là có ý nghĩa lẫn trái ngược (McAdams, 1992). Cũng có một số dữ liệu cho thấy một số đặc điểm nhân cách (ràng buộc nhận thức, tự tin, thân mật, hòa đồng và khả năng phụ thuộc) thể hiện một số thay đổi trong thời gian hơn 30 – 40 năm (Jones & Meredith, 1996).

Thậm chí việc nhận biết các vấn đề, chứng cứ về tính ổn định nói chung trong đặc điểm nhân cách trong suốt tuổi trưởng thành là chứng cứ rất quan trọng, nhất là khi xét thấy có nhiều tình huống trong

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tính ổn định trong nhân cách rất lâu có ủng hộ cho quan điểm cho rằng một số khía cạnh nhân cách mang tính di truyền hay không? Tại sao có hoặc tại sao không?

cuộc sống luôn thay đổi (như kết hôn, thay đổi việc làm, con ra riêng). Một cách để hiểu được chứng cứ này là đặc điểm do Costa và McCrae mô tả chỉ cung cấp các khối xây dựng nhân cách của một người (McAdams, 1992). Trong quan điểm này, nguyên vật liệu để hình thành nhân cách vẫn tương đối nhất quán. Nhưng chúng ta sẽ thấy trong Chương 14, những gì một người chọn làm với những khối xây dựng này và hành vi dựa trên khối xây ấy, không hề nhất quán.

THAY ĐỔI LÀ QUI LUẬT: THAY ĐỔI THỨ TỰ ƯU TIÊN Ở TUỔI TRUNG NIÊN

Joyce, 52 tuổi, một giáo viên dạy trẻ con trước độ tuổi đến trường, suy nghĩ thận trọng về những gì cô cho là quan trọng trong cuộc sống. "Tôi có cảm nghĩ khác nhau về những gì tôi muốn thực hiện. Khi còn trẻ, tôi muốn tiến bộ và trở thành một giáo viên nổi tiếng. Bây giờ, mặc dù tôi vẫn muốn điều tốt, tôi quan tâm đến việc giúp đỡ các giáo viên mới. Tôi có nhiều kinh nghiệm trong nghề để tôi chia sẻ".

Không phải chỉ có mình Joyce. Cho dù có chứng cứ cho rằng đặc điểm nhân cách vẫn trong tuổi trưởng thành, nhưng nhiều người ở tuổi trung niên như người đàn ông trong ảnh báo cáo rằng thứ tự ưu tiên cá nhân đã thay đổi vào tuổi trung niên. Nói chung, họ báo cáo rằng họ ngày càng quan tâm đến việc giúp đỡ những người nhỏ tuổi hơn đạt được thành tựu hơn là chỉ lo cho bản thân mình tiến bộ. *Trong thuyết Tâm lý xã hội, Erikson lập luận rằng sự thay đổi trong thứ tự ưu tiên này phản ánh* khả năng sản xuất *hoặc tính hiệu quả bằng cách giúp đỡ người khác để đảm bảo tính liên tục của xã hội bằng cách hướng dẫn cho thế hệ kế tiếp.*

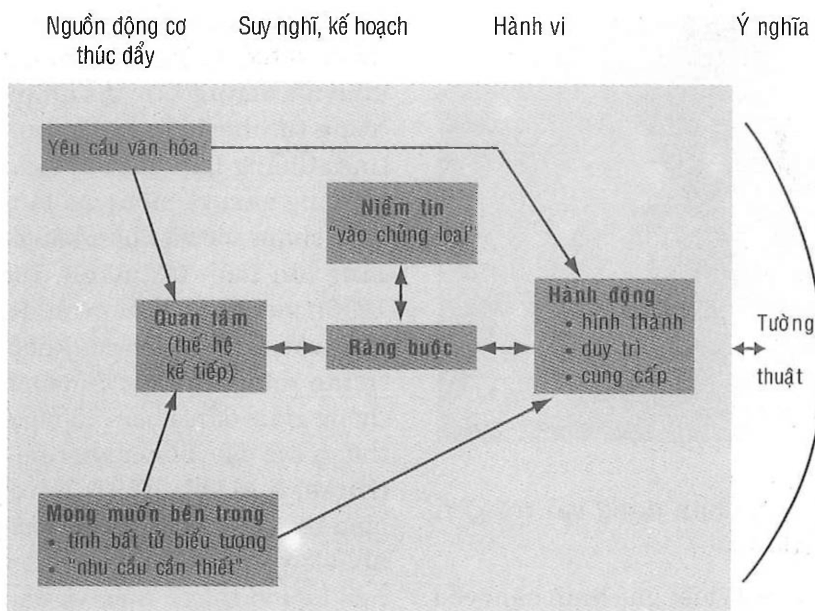


Đạt được khả năng tạo lập có thể rất phong phú, trên cơ sở giải quyết thành công 6 giai đoạn trước trong thuyết của Erikson's (xem Chương 1). Có nhiều con đường dành cho khả năng tạo lập, chẳng hạn như thông qua tư vấn (xem Chương 11), tình nguyện, chương trình ông bà nuôi và nhiều hoạt động khác.

Một số người lớn không đạt được khả năng tạo lập. Thay vào đó, họ trở thành buồn chán, nuông chiều mình và không thể góp phần vào tính liên tục của xã hội. *Erikson ám chỉ tình trạng này là* sự ngưng trệ, *trong đó người ta không thể đáp ứng nhu cầu của con cái hoặc đưa ra lời tư vấn cho người trưởng thành nhỏ tuổi hơn.*

Người có khả năng tạo lập là người như thế nào?

Để mô tả khả năng tạo lập sao cho chúng ta có thể nhận biết khả năng này có ở một người nào đó, một số nhà nghiên cứu đã nghĩ ra một mô tả dựa trên nghiên cứu. Một trong số này là mô hình của McAdams (McAdams, Hart, & Maruna, 1997), như trong biểu đồ trang 525. Mô hình đa khía cạnh này cho thấy khả năng tạo lập phát sinh từ sự kết hợp lẫn nhau phức tạp giữa các tác động xã hội và bên trong ra sao, tạo ra sự quan tâm đối với thế hệ kế tiếp và tin tưởng tuyệt đối vào điều thiện trong ý nghĩ táo bạo của con người, dẫn đến sự ràng buộc khả năng tạo lập, sẽ tạo ra hành động khả năng tạo lập. Một cá nhân rút ra ý nghĩa riêng từ khả năng tạo lập bằng cách hình thành một câu chuyện cuộc



đời, hoặc tường thuật, giúp hình thành nhân cách của cá nhân (Whitbourne, 1986, 1996; xem Chương 9).

Các thành phần trong mô hình của McAdams liên quan với đặc điểm nhân cách theo cách khác. Chẳng hạn, quan tâm khả năng tạo lập liên quan đến sự hài lòng cuộc sống và hạnh phúc nói chung trong khi hành động khả năng tạo lập thì không (de St. Aubin & McAdams, 1995). Những người mới làm ông bà có thể rút ra nhiều sự hài lòng từ con cháu và quan tâm nhiều đến thể chất của con cháu nhưng không muốn tham gia việc chăm sóc con cháu mỗi ngày. Phụ nữ thể hiện khả năng tạo lập cao thường có nét nhân cách ủng hộ xã hội, được đầu tư cho cá nhân đang làm bố mẹ, thể hiện thái độ khả năng tạo lập ở nơi làm việc, và thể hiện hành vi quan tâm đối với người khác bên ngoài gia đình (Peterson & Klohnen, 1995), cũng như thể hiện thể chất cao trong vai trò của mình trong nhân cách người vợ (MacDermid, De Haan, & Heilbrun, 1996). Những kết quả này dẫn đến việc tạo ra chỉ số khả năng sản xuất tích cực và tiêu cực nhận biết một cách đáng tin sự khác biệt giữa cá nhân có khả năng tạo lập và không có khả năng tạo lập (Himsel và người khác, 1997).

Ngày càng có nhiều chứng cứ về khả năng tạo lập cho thấy rằng sự quan tâm cá nhân và thứ tự ưu tiên của người lớn ở tuổi trung niên khác với sự quan tâm cá nhân và thứ tự ưu tiên ở người trưởng thành nhỏ tuổi hơn. Nhưng quan điểm này có được các khía cạnh nhân cách khác ủng hộ hay không? Chúng ta hãy khảo sát nhận dạng vai trò giới tính như một minh họa.

➡ *Nhận dạng vai trò giới tính có hội tụ hay không?*

Suy nghĩ của con người về đặc điểm thích hợp đối với nam và nữ phản ánh suy nghĩ văn hóa và suy nghĩ rập khuôn về "nam tính" và "nữ tính" chung (Williams & Best, 1990). Trong một dải độ tuổi rộng trong xã hội Mỹ, nữ theo truyền thống được mô tả là yếu hơn, kém hoạt động hơn, quan tâm đến việc xác định tư cách làm bố nhiều hơn, chăm sóc và tôn trọng cung kính nhiều hơn. Nam được xem là mạnh hơn, hoạt động hơn, tính tự quản, thành tựu và gây hấn cao hơn (Huyck, 1990). Nói chung, những mô tả như thế



giúp hình thành nhận dạng vai trò giới tính của cá nhân.

Như chúng ta đã biết, mô hình năm yếu tố chứng minh tính ổn định của đặc điểm nhân cách trong suốt tuổi trưởng thành. Trái lại, chúng ta nhận thấy thứ tự ưu tiên và quan tâm cá nhân thay đổi trong tuổi trưởng thành. Tính ổn định hoặc thay đổi có mô tả những gì xảy ra việc nhận dạng vai trò giới tính của người đàn ông và phụ nữ trong ảnh chụp hay không?

Bắt đầu là Jung (1933), một số nhà nghiên cứu và lý thuyết gia lập luận "ảnh hưởng chéo" của nhận dạng giới tính trong tuổi trung niên. Nhất là, Jung (1933) cho rằng một số khía cạnh nhân cách bị kiềm chế ở tuổi vị thành niên và ở đầu tuổi trưởng thành, chỉ tái xuất hiện trong tuổi trung niên. Chẳng hạn, Jung cho rằng nữ ban đầu kiềm chế các khía cạnh nam tính còn nam ban đầu kiềm chế các khía cạnh nữ tính của mình, mỗi phái phát hiện ra những khía cạnh bị kiềm chế này và phát triển khía cạnh ấy trong tuổi trung niên, với mục tiêu đạt được sự cân bằng giữa các đặc điểm nam và nữ tính ở cá nhân. Chẳng hạn, nữ ở tuổi trung niên ngày càng chú trọng đến thành tựu và thực hiện, trong khi nam chú trọng gia đình và chăm sóc hơn (Parker & Aldwin, 1997).

Nói chung, dữ liệu về thay đổi trong thực tế trong nhận dạng vai trò giới tính ở cá nhân vẫn chưa dứt khoát. Một số nghiên cứu nhận thấy đối với người trưởng thành ở tuổi trung niên và lớn tuổi hơn có khuynh hướng tán thành mô tả cái tôi tương tự nhau về nhận dạng vai trò giới tính. Chẳng hạn, một số nghiên cứu biểu thị rằng nam và nữ tự mô tả mình là thân mật, chăm sóc và nhân hậu hơn khi mình càng lớn tuổi (Gutmann, 1987; Sinnott, 1986), xu hướng liên quan đến khả năng sản xuất. Các nghiên cứu khác chứng minh sự tán thành các đặc điểm nữ tính truyền thống giảm dần ở nam và nữ, nhưng sự tán thành các đặc điểm nam tính vẫn ổn định (Parker & Aldwin, 1997). Nói chung, dữ liệu biểu thị rằng nam và nữ khác biệt nhiều nhất trong nhận dạng vai trò giới tính vào cuối tuổi vị thành niên và đầu tuổi trưởng thành nhưng ở tuổi trung niên và về già ngày càng giống nhau hơn (Huyck, 1990).

Ngày càng giống nhau hơn trong mô tả về cái tôi không đảm bảo ngày càng giống nhau hơn trong hành vi ở hai phái. Chẳng hạn, nam lớn tuổi thường biểu thị thái độ sẵn sàng phát triển mối quan hệ gắn bó, nhưng chỉ có một vài người làm được, vì họ thiếu kỹ năng cần thiết (Turner, 1982). Vì thế, sự hội tụ có thể diễn ra ở bên trong nhiều hơn là về mặt hành vi (Parker & Aldwin, 1997; Troll & Bengtson, 1982). Nhận dạng vai trò giới tính có hội tụ hay không? Ở điểm này chứng cứ thống kê có vẻ cho rằng có, nhưng chứng cứ hành vi có vẻ cho rằng không.

➡ *Thuyết chuyển tiếp đời sống và khủng hoảng tuổi trung niên*

Quan điểm của Erikson cho rằng con người trải qua những thay đổi cơ bản trong thứ tự ưu tiên và quan tâm cá nhân dựa trên khả năng mà tư cách người lớn ở tuổi trung niên bao gồm những thay đổi quan trọng khác. Thật ra, Carl Jung, một trong những nhà sáng lập thuyết phân tâm học, cho rằng người lớn trải qua khủng hoảng tuổi trung niên. Suy nghĩ này dẫn đến sự phát triển một số thuyết đặt định đề tư cách người lớn bao gồm các giai đoạn ổn

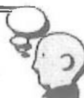
định và chuyển tiếp xen kẽ nhau mà con người trải qua theo một chuỗi cố định.

Levinson cùng đồng nghiệp (1978; Levinson & Levinson, 1996), Gould (1978), and Vaillant (1977) phát triển thuyết chuyển tiếp đời sống dựa trên các nghiên cứu theo chiều dọc gồm các nhóm người lớn khá ngoại lệ và không mang tính đại diện (trong một số trường hợp chỉ toàn là nam) trong một số thập niên. Dữ liệu thu thập được chủ yếu qua phỏng vấn và phản ánh cá nhân của người tham gia.

Bất chấp tính phổ biến của những thuyết này, một số trở thành sách bán chạy nhất, chứng cứ cho các giai đoạn liên quan đến độ tuổi phổ biến dựa trên rất ít mẫu và mang tính tuyển chọn nhiều hơn dữ liệu lấy từ nghiên cứu đặc điểm nhân cách hoặc nghiên cứu về khả năng sản xuất. Như trong phần Bạn có thể ngạc nhiên, rất nhiều chứng cứ không ủng hộ quan điểm giai đoạn phổ biến chẳng hạn như khủng hoảng tuổi trung niên mà mọi người trải qua vào cùng một thời điểm như nhau trong cuộc đời.

Tuy nhiên, như chúng ta đã thấy trong phần nghiên cứu về khả năng sản xuất, có một chứng cứ cơ bản cho rằng con người thật sự trải qua một số loại thay đổi cơ bản vào một thời điểm nào đó trong tuổi trưởng thành. Vì thế, có thể hầu hết người trưởng thành trải qua các giai đoạn chuyển tiếp vào một số thời điểm, những chuyển tiếp ấy diễn ra khi nào phần lớn vẫn chưa dự đoán được. Có lẽ cách tốt nhất để tìm hiểu tuổi trung niên là xem tuổi trung niên như một thời điểm tượng trưng cho các thử thách và vấn đề đặc biệt phải được giải quyết (Bumpass & Aquilino, 1995).

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: CÓ PHẢI AI CŨNG KHỦNG HOẢNG Ở TUỔI TRUNG NIÊN KHÔNG?



Yêu cầu người khác đưa ra ví dụ về những gì họ nghĩ là khủng hoảng tuổi trung niên, và khả năng liên kết với câu chuyện giống như câu chuyện của Jim, anh chàng mới ly hôn trong thời gian gần đây có chiếc ô tô thể thao màu đỏ trong phần minh họa. Thật ra, một vài người ở Mỹ sẽ gặp khó khăn khi đưa ra ví dụ, khi hầu hết mọi người cho rằng khủng hoảng tuổi trung niên là điều chắc chắn phải có. Một phần, suy nghĩ này được khuyến khích bởi mô tả sự phát triển nhân cách ở tuổi trưởng thành xuất hiện trên báo chí.

Chúng ta biết rằng các lý thuyết gia chẳng hạn như Erikson cho rằng người lớn phải đối mặt với một số thử thách quan trọng và bằng cách khắc phục những vấn đề này, người ta phát triển các khía cạnh mới về mình. Nhưng điều này có nghĩa là mọi người đều có khủng hoảng tuổi trung niên hay không? Một số nhà nghiên cứu cho rằng có, nam giới tuổi trung niên báo cáo có sự đấu tranh bên trong mãnh liệt giống như trầm cảm (Levinson và người khác, 1978).

Tuy nhiên, với rất nhiều chứng cứ nghiên cứu không ủng hộ quan điểm cho rằng hầu hết người trưởng thành đều gặp khó khăn ở mức độ khủng hoảng ở tuổi trung niên. Nghiên cứu bao gồm nam và nữ, sử dụng nhiều phương pháp khác nhau chẳng hạn như phỏng vấn và trắc nghiệm nhân cách, chứng minh rằng những sự kiện bất ngờ (chẳng hạn như ly hôn hoặc chuyển đổi công việc) có nhiều khả năng tạo ra cấu trúc hơn là các sự kiện tuổi trung niên qui phạm (chẳng hạn như thời kỳ mãn kinh hoặc trở thành ông bà) (Baruch, 1984; Haan, Milsap, & Hartka, 1986; Roberts & Newton, 1987). Phân tích lại dữ liệu của Costa và McCrae, đặc biệt tìm kiếm chứng cứ khủng hoảng tuổi trung niên, cho thấy chỉ có một nhóm nhỏ nam giới phù hợp với mô tả sơ lược kinh điển, và thậm chí khi khủng hoảng xảy ra vào bất kỳ thời điểm nào giữa độ tuổi 30 và 60 (Costa & McCrae, 1978; Farrell & Rosenberg, 1981). Có thể có nhiều căng thẳng phổ biến trong tuổi trung niên, nhưng không có cách giải quyết (Farrell & Rosenberg, 1981).

Có khủng hoảng tuổi trung niên hay không? Chứng cứ cho thấy đối với hầu hết mọi người, tuổi trung niên không đau buồn nhiều hơn hoặc ít hơn bất kỳ giai đoạn nào khác. Thậm chí các nhà điều tra tin rằng luôn có khủng hoảng tuổi trung niên khi họ bắt đầu nghiên cứu của mình

việc thừa nhận rằng mình không tìm thấy chứng cứ ủng hộ cho điều này cho dù đã phỏng vấn và trắc nghiệm mở rộng (Farrell & Rosenberg, 1981). Vì thế, hành vi của Jim có thể giải thích nhưng không phải vì anh ta đang trải qua một khủng hoảng tuổi trung niên phổ biến.

Nếu tuổi trung niên không có khủng hoảng nhưng tuổi trung niên có gặp thử thách và vấn đề đặc biệt hay không, con người giải quyết thành công như thế nào? *Bí mật dường như là* tính đàn hồi bản ngã, *tài nguyên nhân cách hùng mạnh giúp cho con người có khả năng giải quyết thay đổi ở tuổi trung niên.* Dữ liệu theo chiều dọc lấy từ hai mẫu biểu thị rằng những người bước vào tuổi trung niên có tính đàn hồi bản ngã cao có nhiều khả năng xem tuổi trung niên là một cơ hội thay đổi và phát triển, trong khi người có tính đàn hồi bản ngã thấp có nhiều khả năng xem tuổi trung niên là thời điểm ngưng trệ hoặc giảm sút (Klohnen, Vandewater, & Young, 1996). Sự khác biệt ở từng người trong việc định thời điểm của những cảm nhận như thế và cách con người đối phó trong tuổi trung niên rất lớn, có lẽ giải thích cho việc thất bại không tìm thấy khủng hoảng tuổi trung niên phổ biến (Klohnen và người khác, 1996). Tính đàn hồi bản ngã cũng có thể là tài nguyên giải thích cho hai kết quả (khả năng sản xuất và ngưng trệ) trong quan điểm tuổi trung niên của Erikson.

Tóm lại, có lẽ cách tốt nhất để hiểu về sự chuyển tiếp đời sống ở tuổi trung niên là lời của một phụ nữ 52 tuổi (Klohnen và người khác, 1996):

> Tuổi trung niên... thời điểm khi bạn thừa nhận rằng mình đã trở thành người chăm sóc, vai trò trách nhiệm của người lớn ... thời điểm khó chịu vì bạn phải quan sát thế hệ trước mình, thế hệ mà bạn thương yêu, kính trọng, xem đó là nguồn hỗ trợ tình cảm, tìm lời khuyên... trở nên lệ thuộc vào bạn hơn rồi sau đó chết. Con cái của bạn lớn lên, ra riêng, có đủ lông đủ cánh..., thật ra con cháu cũng cho bạn biết về "sự thật" mà bọn trẻ khám phá trong cuộc sống... đây là lúc phải có một số chọn lựa mới – nhóm, bạn bè, hoạt động không cần liên quan đến bọn trẻ nữa.

TỰ KIỂM TRA

1. Khía cạnh _____ trong thuyết năm yếu tố nhân cách bao gồm lo âu, thù địch, và bốc đồng.
2. Theo Erikson, ngày càng có sự quan tâm đến việc giúp đỡ người khác nhỏ tuổi hơn đạt được thành tựu gọi là _____.
3. Theo McAdams, ý nghĩa con người rút ra từ khả năng sản xuất diễn ra trong suốt quá trình _____.
4. Chứng cứ thống kê cho thấy nhận dạng vai trò giới tính _____ ở tuổi trung niên.
5. Nghiên cứu biểu thị rằng _____ là một yếu tố nhân cách chính trong dự đoán ai sẽ giải quyết khủng hoảng tuổi trung niên thành công.
6. Bạn có thể làm cho dữ liệu nghiên cứu đặc điểm nhân cách, biểu thị ít sự thay đổi, hoà hợp với dữ liệu từ nghiên cứu khác, biểu thị sự thay đổi cơ bản trong nhân cách ở tuổi trung niên như thế nào?

Trả lời: (1) loạn thần kinh, (2) khả năng sản xuất, (3) tường thuật, (4) hội tụ, (5) tính đàn hồi bản ngã

TÍNH ĐỘNG HỌC GIA ĐÌNH VÀ TUỔI TRUNG NIÊN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Mối quan hệ giữa bố mẹ tuổi trung niên và con cái ở đầu tuổi trưởng thành thay đổi ra sao?**
- **Người trưởng thành ở tuổi trung niên đối xử với bố mẹ già ra sao?**
- **Người trưởng thành ở tuổi trung niên trải qua loại tư cách gì khi làm ông bà? Cháu và ông bà tương tác với nhau ra sao?**

Tính động học gia đình và tuổi trung niên

Cứ để tiếp diễn: Người lớn ở tuổi trung niên và con cái

Đáp trả: Người lớn ở tuổi trung niên và bố mẹ già yếu

Tư cách làm ông bà

ESTHER *đang đối mặt với một cột mốc quan trọng: đứa con út của mình, Megan, chuẩn bị vào đại học. nhưng thay vì cảm thấy buồn phiền như trước đây Esther cảm thấy rất phấn chấn khi nghĩ đến triển vọng sau này của con. Cô và Bill sau cùng cũng được rảnh rang khỏi làm các công việc thường ngày của bố mẹ trong suốt 30 năm qua. Esther đang mong mỏi tìm hiểu rõ hơn về chồng mình. Cô tự hỏi liệu có gì không đúng khi có cảm giác phấn khích khi con gái đi xa hay không?*

Những người như Esther liên kết nhiều thế hệ. Mối quan hệ gia đình trong nhiều thế hệ như trong ảnh chụp cung cấp bối cảnh xã hội hóa và tính liên tục trong nhận dạng gia đình. Những người có nhiều hiểu biết là thành viên của thế hệ trung niên, như Esther, là mắt xích giữa bố mẹ già và con cái trưởng thành (Hareven & Adams, 1996). *Các bà mẹ tuổi trung niên (nhiều hơn các ông bố) thường đảm nhận vai trò* người duy trì liên lạc trong dòng họ *này, là người tập hợp các thành viên trong gia đình trong các lễ kỷ niệm và duy trì sự liên lạc với nhau.*



Suy nghĩ về những vấn đề quan trọng mà một cặp vợ chồng ở tuổi trung niên thường đối mặt: duy trì cuộc hôn nhân hạnh phúc, trách nhiệm làm bố mẹ, con cái đang trở thành người lớn, áp lực trong công việc, và quan tâm bố mẹ già, đó là chỉ mới kể sơ sơ. Người trưởng thành ở tuổi trung niên mỗi ngày có rất nhiều việc phải giải quyết (Hamill & Goldberg, 1997). *Thật ra, người trưởng thành ở tuổi trung niên đôi khi được gọi là* thế hệ kẹp giữa *họ phải đáp ứng yêu cầu cạnh tranh của hai thế hệ (bố mẹ và con).* Ở thế hệ kẹp giữa mang ý nghĩa khác nhau đối với nam và nữ. Khi nữ tuổi trung niên đánh giá mình giải quyết sự chuyển tiếp tuổi trung niên tốt đến mức nào, thì các vấn đề cấp bách nhất của nữ liên quan đến con ở tuổi vị thành niên nhiều hơn bố mẹ già, đối với nam tuổi trung niên, lại là suy nghĩ khác (Hamill & Goldberg, 1997).

Trong phần này, trước tiên chúng ta sẽ tìm hiểu động học ở bố mẹ tuổi trung niên và con trưởng thành, tìm hiểu liệu

cảm giác của Esther có mang tính điển hình hay không. Kế đến, chúng ta các vấn đề mà người trưởng thành ở tuổi trung niên và bố mẹ già yếu của họ đang đối mặt. Sau đó, chúng ta nghiên cứu điều gì xảy ra khi người ta trở thành ông bà.

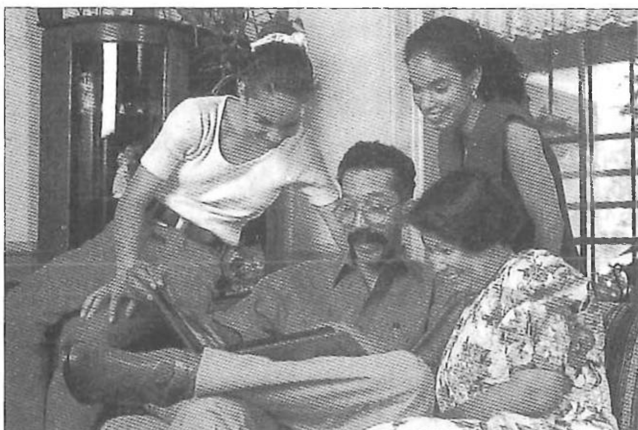
CỨ ĐỂ TIẾP DIỄN: NGƯỜI LỚN Ở TUỔI TRUNG NIÊN VÀ CON CÁI

Làm bố mẹ có một khía cạnh khá lạ, khi bạn nghĩ về nó. Sau khi tạo ra đứa con từ tình yêu, bố mẹ dành nhiều thời gian, công sức, tiền bạc để chuẩn bị cho con có cuộc sống độc lập rồi đứa con lại thoát ly gia đình. Đối với hầu hết bố mẹ, sự thoát ly (và đôi khi trở về) diễn ra ở tuổi trung niên.

Trở thành bạn bè và trống ổ

Đôi khi trong tuổi trung niên, hầu hết bố mẹ như bố mẹ trong ảnh chụp trải qua hai sự phát triển tích cực liên quan đến con cái. Đột nhiên con cái nhìn họ bằng cách nhìn mới, và con cái thoát ly.

Sau thời gian vất vả nuôi con đến tuổi vị thành niên, bố mẹ hiểu được sự thay đổi diễn ra khi con bước sang đầu tuổi trưởng thành. Nói chung, mối quan hệ bố mẹ – con cái tốt hơn khi con ở đầu tuổi trưởng thành (Troll & Fingerman, 1996).



Sự khác biệt có thể ấn tượng như trong trường hợp của Deb, một bà mẹ tuổi trung niên. “Khi Sacha 15 tuổi, cô bé hành động như thể tôi là người đần độn nhất trên hành tinh vậy. Nhưng hiện nay nó đã 21 tuổi, đột nhiên thay đổi hoàn toàn. Tôi thích ở bên con. Con bé rất tuyệt, và hai mẹ con xem nhau như bạn”.

Một yếu tố quan trọng trong việc làm cho sự chuyển tiếp này càng êm ả càng tốt là mức độ khuyến khích và tán thành nỗ lực sống độc lập của con. Hầu hết bố mẹ đều như Esther, bà mẹ trong phần minh họa, và kiểm soát sự chuyển tiếp cho đến giai đoạn trống ổ thành công (Lewis & Lin, 1996). Không nên cho rằng bố mẹ là người nhẫn tâm. Khi trẻ con thoát ly, mối quan hệ cảm xúc đỗ vỡ. Cả mẹ lẫn bố đều cảm thấy có sự thay đổi. Chỉ có khoảng 25% các bà mẹ và ông bố cho rằng mình rất buồn và bất hạnh khi đứa con út rời khỏi gia đình (Lewis & Lin, 1996).

Bố mẹ vẫn còn chu cấp tiền bạc cho con (như đóng học phí). Hầu hết giúp đỡ theo cách khác từ chuyện thông thường (như rửa chén và ủi đồ cho con ở độ tuổi học đại học) cho đến chuyện bất thường (đặt tiền cọc thuê nhà cho con). Bố mẹ ở tuổi trung niên và con cái ở đầu tuổi trưởng thành thường nghĩ rằng họ có mối quan hệ tích cực và có thể nhờ vả nhau khi cần (Troll & Bengtson, 1982).

Dĩ nhiên, tất cả sự giúp đỡ này không có nghĩa là mọi việc đều hòan hảo. Mâu thuẫn vẫn phát sinh. Một nghiên cứu phát hiện rằng khoảng 1/3 các ông bố thuộc giai cấp trung lưu được khảo sát phàn nàn về kết quả học tập của con trai hoặc con gái chọn chồng không phù hợp (Nydegger, 1986). Nghiên cứu này nêu bật tầm quan trọng mà bố mẹ kỳ vọng ở con cái. Như được đề cập trong phần Nghiên cứu nổi bật, vấn đề này khác phức tạp.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: BẠN NGHĨ CON CÁI CỦA MÌNH LỚN LÊN SẼ RA SAO?



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Carol Ryff cùng đồng nghiệp (1994) cho rằng sự đánh giá thành tựu của con là một phần quan trọng trong sự đánh giá tuổi trung niên của chính bố mẹ. Ngoài ra, vì bố mẹ là ảnh hưởng quan trọng đối với con (xem Chương 4 và 7), sự đặt cược cho hành động tự đánh giá này rất cao, con cái thành người ra sao là một phát biểu thuyết phục về sự thành công hoặc thất bại của cá nhân trong tư cách làm bố mẹ (Ryff và người khác, 1994). Ryff cùng đồng nghiệp quyết định tìm hiểu những vấn đề này thật sự tác động đến đời sống của bố mẹ và con cái ra sao.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Ryff cùng đồng nghiệp yêu cầu bố mẹ đánh giá sự điều chỉnh thích nghi và thành tựu học vấn và nghề nghiệp của con, để so sánh con trẻ với những trẻ khác ở cùng độ tuổi, và để đánh giá sức khỏe tâm lý của con trẻ.

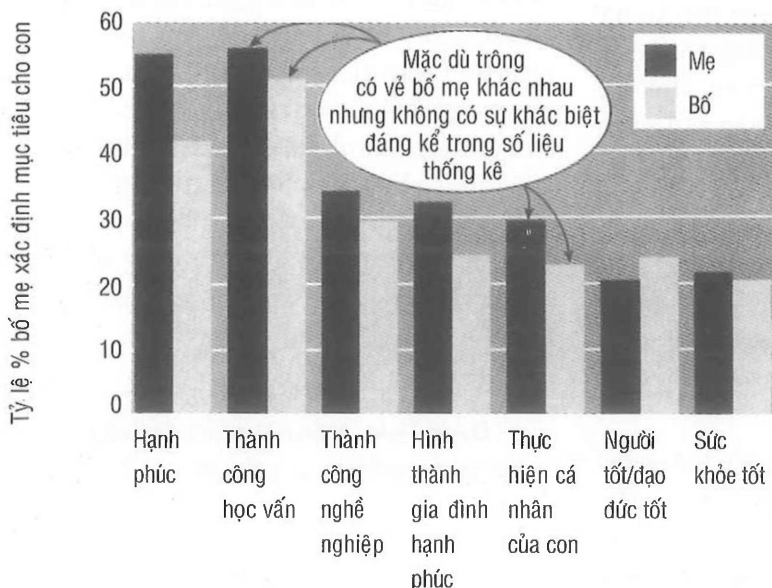
Ai là người tham gia nghiên cứu? Ryff cùng đồng nghiệp chọn một mẫu ngẫu nhiên gồm 114 bà mẹ tuổi trung niên và 101 ông bố tuổi trung niên, tất cả từ các gia đình thuộc giai cấp trung lưu khác nhau ở vùng Trung Tây, ít nhất có một con từ 21 tuổi trở lên. Với những đặc điểm này, nói chung mẫu không đại diện cho dân số.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu là nghiên cứu cắt ngang khảo sát sự đánh giá của bố mẹ về thành tựu của con.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Vì nghiên cứu sử dụng những người tình nguyện thực hiện khảo sát không có các câu hỏi về chủ đề nhạy cảm nên không có sự quan tâm đạo đức.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Như bạn thấy trong biểu đồ, các bà mẹ và các ông bố có nhiều hy vọng và mơ về con. Hạnh phúc và thành công trong học vấn là những lời đáp thường gặp nhất, tiếp theo sau là sự thành công trong nghề nghiệp. Không có sự khác biệt đáng kể về số liệu thống kê giữa phản ứng của các bà mẹ và các ông bố.

Dữ liệu cũng chứng minh rằng quan điểm của bố mẹ về sự điều chỉnh cá nhân và xã hội của con tương quan mật thiết với cách đánh giá sự khỏe mạnh của chính bố mẹ. Ý thức chấp nhận cái tôi, mục đích trong cuộc sống và hiểu rõ môi trường của bố mẹ cung liên quan mật thiết đến suy nghĩ về mức độ điều chỉnh tốt của con mình. Tương tự, nhưng có phần nào yếu hơn là quan hệ giữa thành tựu của con và sự khỏe mạnh của bố mẹ. Thêm lần nữa, không tìm thấy sự khác biệt nào giữa các bà mẹ và các ông bố.

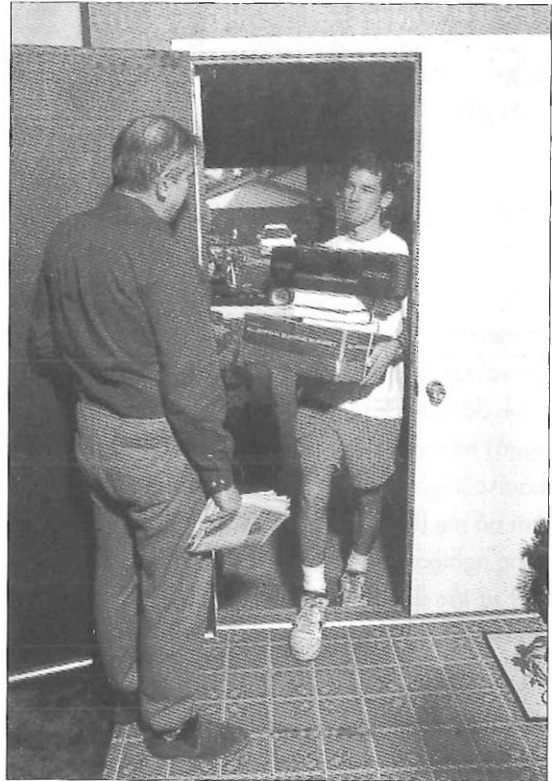


Bố mẹ cũng được hỏi mức độ thực hiện tốt của con mình ra sao khi so sánh với bố mẹ lúc nhỏ ở cùng độ tuổi. Những dữ liệu này thật thú vị. Bố mẹ nghĩ rằng con mình được điều chỉnh tốt (chẳng hạn, tự tin hơn, hạnh phúc và kỹ năng giữa cá nhân với nhau tốt hơn) hơn chính bố mẹ khi ở đầu tuổi trưởng thành báo cáo có mức độ khỏe mạnh thấp. Tại sao? Bố mẹ có nên hài lòng khi con

mình được điều chỉnh tốt hay không? Ryff cùng đồng nghiệp cho rằng chứng cứ này, mặc dù trông có vẻ phản trực giác, thật sự có thể hiểu được theo nghĩa so sánh xã hội. Nghĩa là, con người chịu đựng hậu quả tiêu cực (chẳng hạn như có thái độ tự động thấp hơn) khi họ nhận thấy người khác đang thực hiện tốt hơn mình (Suls & Wills, 1991). Cho dù bố mẹ nói chung muốn con mình hạnh phúc thì họ cũng khó chấp nhận nếu như mình tỏ vẻ *quá* hạnh phúc.

Trái lại, bố mẹ đánh giá con mình đã đạt được trình độ văn hóa và nghề nghiệp tốt hơn sẽ có suy nghĩ tích cực hơn về chính mình so với bố mẹ đánh giá con mình thấp hơn trong những khía cạnh này. Trong trường hợp này, bố mẹ có thể nghĩ rằng mình đang thực hiện được giấc mơ Mỹ, giúp thế hệ kế tiếp thực hiện tốt hơn thế hệ của mình.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Ryff cùng đồng nghiệp chứng minh rằng sự tự đánh giá của bố mẹ tuổi trung niên về sự khỏe mạnh của chính mình rõ ràng liên quan đến nhận thức của bố mẹ về việc con cái thành tựu ra sao. Vì thế, giả định của bố mẹ cho rằng con cái phải thành tựu ra sao được kết hợp chặt chẽ với ý thức về cái tôi của bố mẹ tuổi trung niên.



Khi con trở về

Sự hài lòng trống ổ của bố mẹ đôi lúc chỉ diễn ra trong thời gian ngắn. Giống như ông bố trong ảnh chụp, gần một nữa số bố mẹ tuổi trung niên có con trưởng thành ít nhất có một con sống chung nhà, thường chưa kết hôn. Thật thú vị, sự sắp xếp sống chung này thường gặp hơn nếu bố mẹ có sức khỏe tốt, và bố mẹ tiếp tục làm hầu hết các việc trong nhà (Ward, Logan, & Spitze, 1992). Ngoài ra, con trưởng thành không trở về nhà chủ yếu là để phụ giúp bố mẹ mà đúng ra vì lý do tiền bạc hoặc giúp chăm sóc con, khi con ở đầu tuổi trưởng thành là bố mẹ độc thân.

Mặc dù bố mẹ tuổi trung niên hiếm khi nhờ con, nhưng hầu hết không tính đến việc con sẽ trở về nhà để ở một khi đã dọn đi. Không có thế hệ nào không cảm thấy xúc động khi phải sống chung trở lại. Cả hai thường giải quyết tình huống tốt hơn nếu đứa con trở về ở đầu độ tuổi 20 và nếu tình huống chỉ mang tính tạm thời (Clemons & Axelson, 1985), mâu thuẫn có thể phát sinh. Trong số 10 bố mẹ thì có 4 báo cáo mâu thuẫn nghiêm trọng, và thường xảy ra tranh cãi về cách sống, bạn bè và thói quen chăm sóc cá nhân (Clemons & Axelson, 1985). Nếu bố mẹ và con trưởng thành chọn cách ở chung thì cuộc hôn nhân của bố mẹ không bị ảnh hưởng tiêu cực khi những mâu thuẫn như thế phát sinh. Mặc dù có những lúc khó khăn, con trưởng thành không có cách nào hơn là phải ở chung nhà bố mẹ.

ĐÁP TRẢ: NGƯỜI LỚN Ở TUỔI TRUNG NIÊN VÀ BỐ MẸ GIÀ YẾU

Cho dù bạn lớn tuổi cách mấy đi nữa, trách nhiệm làm con là một vai trò mà

con người phải làm tròn trong tuổi trưởng thành và đôi khi cho đến tận độ tuổi 60 và 70. Người lớn ở tuổi trung niên có mối quan hệ với bố mẹ ra sao?

Con ở tuổi trung niên và bố mẹ liên lạc với nhau khá thường xuyên. Khoảng 80 % bố mẹ già thường có con đến thăm trong hai tuần, mức độ khác nhau ở cư dân nông thôn và thành thị (Krout, 1988). Một số con tuổi trung niên trong các lần thăm viếng này thường đánh giá lại ý nghĩa của mối quan hệ khi bố mẹ của mình sắp mất (Helson & Moane, 1987).



Điều gì xảy ra khi bố mẹ già yếu? Người lớn tuổi trung niên giống như người trong ảnh chụp giải quyết nhu cầu chăm sóc bố mẹ già ra sao?

Chăm sóc bố mẹ già

Hầu hết người lớn tuổi trung niên đều có bố mẹ có sức khỏe vẫn còn tốt. Tuy nhiên, ngày càng có nhiều người làm con ở tuổi trung niên có bố mẹ già yếu thường phải chăm sóc bố mẹ già ở mức độ nào đó. Công việc chăm sóc bố mẹ già thường thuộc về con gái hoặc con dâu (Stephens & Franks, 1999). Thậm chí sau khi loại ra tất cả những đặc điểm nhân khẩu học khác của những người chăm sóc là con đã trưởng thành và những người được họ chăm sóc, thì con gái có nhiều khả năng chăm sóc hơn con trai gấp ba lần (Dwyer & Coward, 1991). Sự khác biệt giới tính này cũng được tìm thấy trong các nền văn hóa khác. Chẳng hạn, ở Nhật Bản, cho dù con trai cả có trách nhiệm chăm sóc bố mẹ nhưng chính người vợ con trai cả thực sự là người chăm sóc mỗi ngày (Morioka, 1998).

Trong một số tình huống, bố mẹ già phải dọn về ở chung với con. Những sự dời nhà như thế thường xảy ra sau nhiều thập niên cả hai thế hệ sống riêng. Lịch sử sống riêng này ấn định các giai đoạn điều chỉnh những vấn đề khó khăn tiếp theo sau là sự dọn về ở chung, phải điều tiết cả hai cách sống. Hầu hết thời gian, con đã trưởng thành phải chăm sóc mẹ, đến lượt mẹ phải chăm sóc chồng cho đến khi chồng mất. (Sự chăm sóc của vợ chồng được đề cập trong Chương 14). Trong các tình huống khác, con gái trưởng thành phải chăm sóc từ xa, bất kể địa điểm phải chăm sóc, phụ nữ bị căng thẳng đáng kể do áp lực của việc chăm sóc.

Chăm sóc bố mẹ thể hiện một tình huống khó xử (Wolfson và người khác, 1993). *Hầu hết con trưởng thành đều có ý thức trách nhiệm, được gọi là* bổn phận làm con *phải chăm sóc bố mẹ khi cần.* Chẳng hạn, những người chăm sóc là con đã trưởng thành đôi khi bày tỏ cảm nghĩ rằng "mình nợ bố hoặc mẹ", nên phải chăm sóc bố mẹ, nói chung, bố mẹ đã nuôi nấng con trong nhiều năm và lúc này con phải nuôi lại (Myers & Cavanaugh, 1995). Điều này có vẻ mang tính phổ biến: con trưởng thành chăm sóc bố mẹ của họ khi cần thiết trong tất cả các nền văn hóa phương Tây và không phải phương Tây (Hareven & Adams, 1996). Xét từ quan điểm toàn cầu, con đã trưởng thành và các thành viên khác trong gia đình chăm sóc bố mẹ già chỉ chiếm một tỷ lệ phần trăm nhỏ (Hareven & Adams, 1996; Pavalko & Artis, 1997).



Nghiên cứu cho thấy rằng người lớn tuổi trung niên thường dành nhiều công sức, thời gian và tiền bạc để giúp đỡ bố mẹ già (Brody, 1990). Thật ra, gần 90% số người lớn tuổi được con trưởng thành và các người thân khác giúp đỡ, chăm sóc mỗi ngày (Morris & Sherwood, 1984). Những nỗ lực này đã được tưởng thưởng. Chăm sóc gia đình giúp phòng tránh hoặc ít nhất cũng làm trì hoãn nhập viện (Brody, 1981).

Chăm sóc bố mẹ già không phải là chuyện dễ. Chăm sóc này thường không xảy ra ngẫu nhiên, mỗi người đều sống cách xa nhau. Khả năng mâu thuẫn trong sinh hoạt hàng ngày và cách sống rất cao. Thật ra, một nguồn gây xung đột chính giữa con gái ở tuổi trung niên và mẹ lớn tuổi là sự khác biệt nhận thức trong nhu cầu chăm sóc, ở con gái tuổi trung niên nghĩ rằng mẹ mình cần được chăm sóc nhiều hơn là các bà mẹ thường nghĩ (Fingerman, 1996).

Căng thẳng trong chăm sóc

Chăm sóc cũng là một nguồn gây căng thẳng quan trọng. Con đã trưởng thành và những người chăm sóc khác trong gia đình dễ bị căng thẳng từ hai nguồn chính (Pearlin và người khác, 1990):

- Con đã trưởng thành gặp trở ngại khi gặp sự giảm sút chức năng hoạt động của bố mẹ, nhất là sự giảm sút trong khả năng nhận thức và rối loạn hành vi, cùng với công việc quá tải, kiệt sức, và mất đi mối quan hệ với bố mẹ trước đây.
- Khi tình huống chăm sóc được nhận thức là gò bó hoặc những xâm phạm nghiêm trọng đối với trách nhiệm khác của con đã trưởng thành (vợ chồng, bố mẹ, nhân viên, v.v...), tình huống có nhiều khả năng được xem là tiêu cực, dẫn đến những mâu thuẫn trong gia đình hoặc công việc, vấn đề kinh tế, đánh mất nhận dạng cái tôi và năng lực giảm sút.

Chăm sóc bố mẹ phải trả giá rất đắt về tâm lý. Thậm chí người chăm sóc là con đã trưởng thành thành tâm nhất cũng cảm thấy tức giận, chán nản, bực bội, và có lúc đáng trách (Halpern, 1987). Nhiều người chăm sóc ở tuổi trung niên gặp khó khăn về tài chánh, khi họ vừa đóng học phí hoặc vừa chăm sóc con mình và cố để dành khoản tiền kha khá khi nghỉ hưu. Áp lực tài chánh đặc biệt nghiêm trọng đối với những người chăm sóc bố mẹ mắc

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Tại sao việc chăm sóc bố mẹ già chủ yếu thuộc phần phụ nữ?

bệnh mãn tính, chẳng hạn như bệnh Alzheimer, đòi hỏi những dịch vụ không được bảo hiểm y tế thanh toán. Trong một số trường hợp, con đã trưởng thành thậm chí phải xin nghỉ việc để ở nhà chăm s‘‹ nếu các biện pháp thay thế khác như trung tâm chăm sóc người lớn ban ngày không có.



Căng thẳng trong việc chăm sóc bố mẹ đối với phụ nữ vô cùng khó khăn giống như người phụ nữ trong ảnh chụp. Theo nghĩa việc định thời điểm trong quá trình sống, việc chăm sóc bố mẹ thường trùng hợp với những năm làm việc nhiều nhất của phụ nữ từ 35 – 64 tuổi (Moen, Robinson, & Fields, 1994). Nghiên cứu theo chiều dọc chứng minh rõ ràng rằng tình trạng làm việc không có ảnh hưởng đến quyết định trở thành người chăm sóc của phụ nữ (nhiều người có ít chọn lựa), nhưng trở thành người chăm sóc làm cho phụ nữ phải giảm bớt giờ làm việc hoặc nghỉ việc (Pavalko & Artis, 1997). Khi bạn nhận thấy rằng hầu hết phụ nữ chăm sóc bố mẹ cũng là các bà mẹ, người vợ và làm việc, thì không có gì phải ngạc nhiên khi căng thẳng từ những vai trò này làm cho ảnh hưởng của căng thẳng do chăm sóc trở nên trầm trọng hơn (Stephens & Townsend, 1997).

Khía cạnh nào trong vai trò của phụ nữ giảm bớt căng thẳng chăm sóc? Sau khi có một kiểu quyến luyến yên tâm với bố mẹ trông có vẻ làm giảm một số khía cạnh căng thẳng (Crispi, Schiaffino, & Berman, 1997). Ngoài ra, phần thưởng con người có được trong tư cách một việc làm, nhưng không hưởng gì cả khi làm vợ hoặc làm mẹ, trông có vẻ cũng làm giảm cảm giác căng thẳng khi chăm sóc (Stephens & Townsend, 1997).

Sự khác biệt dân tộc trong cảm giác căng thẳng khi chăm sóc ở con đã trưởng thành được dẫn chứng bằng tư liệu tốt hơn. So với người Mỹ gốc Âu, các thành viên trong gia đình người Mỹ gốc Tây Ban Nha có nhiều khả năng chăm sóc những người có nguy cơ mắc bệnh mãn tính cao hơn và bất lực nhiều hơn (Aranda & Knight, 1997). Những người chăm sóc Mỹ gốc Tây Ban Nha và Mỹ gốc Phi, khi so với người Mỹ gốc Âu, có nhiều khả năng trở thành con đã trưởng thành, bạn bè hoặc người thân khác hơn, báo cáo mức độ căng thẳng ở người chăm sóc, gánh nặng và trầm cảm ít hơn, họ thực hiện bổn phận làm con tận tuy hơn và có nhiều khả năng đọc kinh, sử dụng đức tin hoặc tín ngưỡng để làm chiến lược đối phó (Connell & Gibson, 1997). Những khác biệt cho thấy quan hệ giữa sự chăm sóc và căng thẳng được giải quyết bằng niềm tin vào sự cố kết gia đình so với độc lập cá nhân, cũng như xã hội hóa của cá nhân.

Từ quan điểm của bố mẹ, sự việc không phải lúc nào cũng trôi chảy. Độc lập và tự quản là những giá trị truyền thống quan trọng trong một số nhóm dân tộc, và không nên đánh mất chúng. Người trưởng thành lớn tuổi hơn trong những nhóm này có nhiều khả năng bày tỏ mong

muốn thuê người có chuyên môn để giúp đỡ mình hơn là nhờ thành viên trong gia đình giúp đỡ, họ nhận thấy giá trị của mình mất đi nếu sống cùng con cái (Hamon & Blieszner, 1990). Hầu hết họ dọn về ở chung con cái chỉ là phương pháp sau cùng. Frank, một công nhân ngành thép 79 tuổi đã nghỉ hưu, nhận xét thẳng thừng: "nhờ con cái giúp đỡ và sống ở nhà con gái là điều sau cùng tôi muốn làm. Tôi không cần con tôi bảo cho tôi biết phải làm gì và làm đảo lộn cuộc sống của tôi. Tôi là ba nó. Tôi thích có người lạ giúp đỡ hơn. Tôi không có tiền".

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: TÍNH PHỨC TẠP TRONG VIỆC CHĂM SÓC BỐ MẸ GIÀ



Chăm sóc bố mẹ già không phải là vấn đề mà mọi người đều chuẩn bị sẵn, nhưng là vấn đề mà phần lớn chúng ta đều trải qua. Như một người bất kỳ trong tình huống có thể xác nhận, việc chăm sóc bố mẹ là một khía cạnh phức tạp, đòi hỏi khắt khe trong cuộc đời, việc chăm sóc bố mẹ trở thành một minh họa tuyệt vời của mô hình Tâm sinh học xã hội.

Về mặt sinh học sự chăm sóc tạo ra mức độ căng thẳng sinh lý ở người chăm sóc. Căng thẳng dài hạn sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến sức khỏe, thật ra, thường gặp những người chăm sóc bị rối loạn sức khỏe nghiêm trọng do kết quả trực tiếp của căng thẳng khi chăm sóc. Về mặt tâm lý, chăm sóc bố mẹ buộc chúng ta phải đánh giá lại mối quan hệ của chúng ta với bố mẹ, và tham gia vào một loại "đảo ngược vai trò", từ người được chăm sóc trở thành người chăm sóc. Cố gắng cân đối trách nhiệm của mình giữa chăm sóc con và chăm sóc bố mẹ là việc vô cùng khó. Ngoài ra, chúng ta trong vai trò người chăm sóc cũng đang đối mặt và phải hòa hợp với những hậu quả tiêu cực của sự lão hóa, một nhiệm vụ vô cùng khó khăn khi phải chăm sóc thêm bố mẹ. Về mặt văn hóa xã hội, chúng ta đảm nhận vai trò chăm sóc ra sao đều chịu nhiều ảnh hưởng của tác động kinh tế xã hội và văn hóa. Trong hầu hết các nền văn hóa, con gái và con dâu được cho là phải chăm sóc bố mẹ thường xuyên hơn con trai và con rể. Khía cạnh tài chánh của sự chăm sóc, như phí tổn chăm sóc y tế, có thể rất lớn, tạo ra cảnh túng quẫn nghiêm trọng và căng thẳng đối với các gia đình thu nhập từ trung bình đến thấp.

Rõ ràng, chăm sóc bố mẹ bao gồm sự tương tác phức tạp tập trong các tác động Sinh học, Tâm lý học, và văn hóa xã hội. Duy trì sự cân đối giữa những tác động này để trở thành một người chăm sóc thành công là việc khó nhưng vẫn có thể làm được.

TƯ CÁCH LÀM ÔNG BÀ

Trở thành ông bà cũng phải có một số sự giúp đỡ. Dĩ nhiên, điều kiện tiên quyết là phải trở thành bố mẹ. Nhưng chính quyết định và hành động của con bạn quyết định liệu bạn có trải qua sự chuyển tiếp sang tư cách làm ông bà hay không, làm cho vai trò này khác hẳn vai trò khác mà chúng ta có được trong cuộc đời (Stephens & Clark, 1996). Hầu hết mọi người đều làm ông bà ở độ tuổi 40 và 50 (Thomas, 1992), mặc dù một số người lớn tuổi hơn và có thể rất trẻ khi ở cuối độ tuổi 20, hoặc đầu độ tuổi 30 (Kivnick, 1982). Trong hầu hết trường hợp, ông bà vẫn còn làm việc và cũng còn bố mẹ còn sống. Vì thế, mặc dù làm ông bà có thể là thời điểm phấn khích nhưng thường chỉ là một phần trong cuộc sống bận rộn của mình (Stephens & Clark, 1996).

➡ *Ông bà tương tác với cháu ra sao?*

Keisha, một bé gái 8 tuổi, cười thật tươi khi người khác yêu cầu mô tả ông bà của bé. "Bà Mary cho con kem sô-cô-la, đó là món con ưa thích! Ông Bill đôi lúc trông chừng con khi bố và mẹ đi vắng và chơi bóng với con". Kyle, 14 tuổi có cách nhìn khác. "Ông bà của con thường kể chuyện khi ông bà còn nhỏ".



Như kinh nghiệm của Keisha và Kyle cho thấy, ông bà có nhiều cách tương tác khác nhau với cháu. Phân loại những cách này được tiến hành trong nhiều năm (như Neugarten & Weinstein, 1964), nhưng chưa có phân loại nào thành công vì ông bà sử dụng nhiều kiểu khác nhau với nhiều cháu khác nhau và kiểu thay đổi khi ông bà và cháu thêm tuổi (Stephens & Clark, 1996).

Phần lớn chức năng hoạt động mà ông bà sử dụng có thể được hiểu như sự phản ánh các mức độ khác nhau của khía cạnh xã hội và cá nhân (Cherlin & Furstenberg, 1986). Khía cạnh xã hội bao gồm nhu cầu và kỳ vọng của xã hội ông bà phải làm gì, chẳng hạn như kể lịch sử gia đình cho cháu nghe. Khía cạnh cá nhân bao gồm sự hài lòng cá nhân và nhu cầu cá nhân được thực hiện khi làm ông bà. Như ông bà trong ảnh chụp, nhiều ông bà truyền lại kỹ năng cũng như các giá trị tôn giáo, xã hội và nghề nghiệp (khía cạnh xã hội) thông qua cách kể chuyện và lời khuyên, và ông bà cảm thấy rất tự hào và hài lòng (khía cạnh cá nhân) qua việc cùng với cháu thực hiện các dự án chung.

Cháu đáp lại cũng cho ông bà nhiều thứ. Chẳng hạn, cháu giúp cho ông bà luôn tiếp xúc với giới trẻ và các xu hướng mới nhất. Chia sẻ niềm hân hoan, sự thích thú khi duyệt web trong trường học có thể là cách để cháu giúp cho ông bà biết được công nghệ mới.

➦ *Làm ông bà là điều rất có ý nghĩa*

Làm ông bà có quan trọng đối với người ta hay không? Bạn cá cược là có ít nhất đối với đa số ông bà. Kivnick (1982, 1985) nhận dạng năm khía cạnh ý nghĩa mà ông bà thường ấn định trong vai trò của mình. *Đối với một số người, làm ông bà là điều quan trọng nhất trong cuộc đời được gọi là* tình trạng trung tâm. *Đối với một số người khác, ý nghĩa phát xuất từ tình trạng được xem là hiểu biết* (người già đáng giá), *từ việc làm cháu hư* (nuông chiều), *từ việc nhớ lại mối quan hệ với ông bà của chính mình* (quan tâm quá khứ cá nhân thêm lần nữa), *hoặc từ việc cảm thấy tự hào trước thực tế nối gót mình không phải là một mà là hai thế hệ* (tính bất tử thông qua thị tộc).

Hầu hết ông bà đều suy ra một số ý nghĩa khác nhau, bất kể kiểu mối quan hệ của mình với cháu (Miller & Cavanaugh, 1990). Chứng cứ tương tự được báo cáo khi sự hài lòng nói chung trong tình trạng làm ông bà khi được nghiên cứu, cho dù kiểu gì đi nữa thì ông bà cũng nhận thấy vai trò của mình rất có ý nghĩa (Thomas, Bence, & Meyer, 1988).

Cháu rất xem trọng mối quan hệ của mình với ông bà (Kennedy, 1991). Ông bà được xem trọng như vai trò mẫu, và nhân cách, hoạt động ông bà chia sẻ và sự chú ý ông bà dành cho cháu. Cháu cũng nhận thấy khi ông bà già yếu, việc giúp đỡ ông bà là cách để cháu thể hiện lòng vị tha (Kennedy, 1991).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Làm ông bà liên quan đến khả năng sản xuất ra sao?

Sự khác biệt tộc người

Ông bà và cháu tương tác ra sao thay đổi khác nhau trong các nhóm dân tộc khác nhau. Chẳng hạn, những người bà Mỹ gốc Phi dưới tuổi 40 báo cáo cảm xúc bị kiềm chế khi chăm sóc cháu không thích bà chăm sóc, trái lại những người bà độ tuổi trên 60 thường cảm thấy rằng mình đang thực hiện một vai trò quan trọng (Kivett, 1991). Ông bà Mỹ gốc Phi thường quan tâm đến việc dạy cháu học và sẵn sàng tham dự các lớp học dành cho ông bà hơn là ông bà Mỹ gốc Âu (Watson & Koblinsky, 1997). Những người ông Mỹ gốc Phi thường xem tư cách làm ông bà là một vai trò trung tâm với mức độ quan trọng hơn nhận thức của ông bà Mỹ gốc Âu (Kivett, 1991).

Kiểu làm ông bà cũng khác nhau trong dân tộc, đôi lúc tạo ra căng thẳng trong gia đình. Kornhaber (1985) kể trường hợp một bé gái 18 tháng tuổi có ông bà gốc Latino và ông bà gốc Nordic. Ông bà gốc Latino thích cù bé, nô đùa với bé, và rất mê bé. Ông bà gốc Nordic cũng thương bé nhưng thường tỏ vẻ lãnh đạm. Người mẹ của bé gốc Latina cho rằng ông bà gốc Nordic "lạnh lùng , khó khăn", trong khi người bố của bé gốc Nordic buộc tội ông bà gốc Latino "làm bé phát điên" khi thể hiện tình cảm nồng nàn như thế. Mặc dù bé đủ linh động để thích ứng với cả hai kiểu.



Ông bà người Mỹ bản xứ như ông bà trong ảnh chụp có vẻ như có một số kiểu tương tác khác với kiểu tương tác của các nhóm khác (Weibel-Orlando, 1990).

Kiểu làm ông bà tưởng tượng *là kiểu giúp cho người lớn bổ sung ông bà ruột bị mất tích hoặc quá cố, về mặt chức năng tạo ra vai trò của ông bà thay thế.* Những người lớn này tạo ra sự kết nối với thế hệ lớn tuổi hơn đã vắng mặt đối với những cháu này. *Trong kiểu* bảo tồn văn hóa, *ông bà yêu cầu cháu phải sống chung với mình để đảm bảo rằng cháu học được cách của xứ sở mình.* Những ông bà này cung cấp cho cháu một phương pháp kết nối với di sản văn hóa kế thừa. Nói chung, những người bà Mỹ bản xứ thường đảm nhận vai trò chủ động hơn những người ông trong những cách làm ông bà này.

Vai trò của ông bà đang thay đổi

Tư cách làm ông bà ngày nay khó hơn trước kia nhiều. Vì nhiều lý do, sự tách rời hơn là quan tâm mật thiết là đặc điểm trong nhiều mối quan hệ giữa ông bà và cháu, trái với kiểu quan tâm nhiều hơn cách đây một vài thập niên (Rodeheaver & Thomas, 1986). Gia đình di chuyển nhiều hơn, có nghĩa là ông bà thường sống cách xa cháu theo nghĩa khoảng cách địa lý. Ông bà có nhiều khả năng sống độc lập hơn, sống xa con cháu. Làm ông bà đòi hỏi phải tham vọng hơn trước đây khi chúng ta bước vào thế kỷ 21 (Stephens & Clark, 1996).

Ngoài yếu tố cách sống và tính hay di chuyển, ly hôn là yếu tố quan trọng trong việc xác định ông bà và cháu tương tác với nhau ra sao. Chúng ta nhận thấy trong Chương 10 rằng tỷ lệ ly hôn ở Mỹ khoảng 50% đối với các cuộc hôn nhân gần đây. Nhiều ông bà đối mặt với khả năng rằng sự liên lạc với cháu sẽ bị hạn chế do kết quả ly hôn (Johnson, 1988). Cả ông bà lẫn cháu đều rất mong muốn được tiếp xúc, liên lạc thường xuyên (Schutter, Scherman, &

Carroll, 1997). Thật không may, nhiều tiểu bang không có luật bảo vệ cụ thể quyền của ông bà sau khi con ly hôn (Edelstein, 1990). Nói chung, thường liên lạc nhiều nhất với bà ngoại vì con gái thường được quyền nuôi cháu. Trái lại, ông ngoại ít có khả năng duy trì liên lạc nếu con trai không được quyền nuôi cháu (Cherlin & Furstenberg, 1986). Vì tư cách làm ông bà là một vai trò quan trọng và có ý nghĩa, không còn liên lạc với cháu nữa do ly hôn là một thử thách vô cùng khó khăn đối với mọi người trong cuộc.

Một thay đổi quan trọng khác là ngày càng có nhiều ông bà phải làm bố mẹ thay thế cho cháu (Burton, 1992; Minkler & Roe, 1993). Những tình huống này xảy ra thường xuyên nhất khi bố mẹ nghiện ngập, bị bỏ tù hoặc không thể nuôi con vì một số lý do khác. Ông bà như thế gặp rất nhiều khó khăn cũng như căng thẳng của tư cách làm bố mẹ đã thay đổi có lẽ qua vài thập kỷ không giống như ông bà khi xưa. Thiếu sự thừa nhận pháp lý do thiếu quyền giám hộ hợp pháp cũng tạo ra nhiều vấn đề và thử thách, chẳng hạn liên hệ với trường học để xin học bạ.

Bất chấp nhiều trở ngại, hầu hết ông bà đều hài lòng với vai trò của mình. Hầu hết báo cáo rằng họ ít mong muốn (và không trách nhiệm) trong việc nuôi cháu. Thật ra, ông bà cảm thấy có trách nhiệm khuyên bảo cháu ít hài lòng với vai trò của mình hơn những ông bà cảm thấy vai trò của mình chủ yếu là để đùa giỡn với cháu (Thomas, 1986). Vì thế, muốn có sự hài lòng tối đa, vai trò phải là của ông bà chứ không phải của bố mẹ.

TỰ KIỂM TRA

1. Từ ______ ám chỉ người lớn tuổi trung niên có bố mẹ còn sống và có con riêng.
2. Người tập hợp gia đình trong các dịp lễ kỷ niệm và giữ liên lạc giữa các thành viên trong gia đình với nhau gọi là ______.
3. Hầu hết sự chăm sóc bố mẹ già đều do ______ đảm nhận.
4. Ý thức trách nhiệm cá nhân chăm sóc bố mẹ được gọi là______.
5. Ý nghĩa ______ của tư cách làm ông bà ám chỉ mong muốn được kính trọng và là nguồn hiểu biết đối với cháu.
6. Ông bà ______ có một kiểu gọi là bảo tồn văn hóa.
7. Nếu bạn phải soạn ra hướng dẫn cho các gia đình tuổi trung niên, bạn sẽ đưa vào mẫu lời khuyên nào quan trọng nhất? Tại sao bạn chọn những lời khuyên này?

Trả lời: (1) thế hệ kẹp giữa, (2) người duy trì liên lạc trong dòng họ, (3) con gái và con dâu, (4) bổn phận làm con, (5) người già đáng giá, (6) người Mỹ bản xứ.

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Có phải đáng ngạc nhiên khi tuổi trung niên thường gặp nhiều áp lực bất lợi hay không? Có nhiều vấn đề phải đối mặt: dấu hiệu lão hóa Sinh học, con ở riêng, thay đổi khả năng nhận thức, và bố mẹ mất. Nhưng tuổi trung niên cũng có nhiều thuận lợi, từ quan điểm của nhiều người: mối quan hệ nói chung với con tốt,

tư cách làm ông bà và kinh nghiệm được tích lũy. Chúng ta chứng kiến tuổi trung niên một phần là sự tiếp nối của các xu hướng phát triển trước đó (như trong khía cạnh phát triển nhận thức và nhân cách) ra sao và một phần là thời điểm của những thử thách mới (như quen với những thay đổi cơ thể và quan hệ với các thế hệ khác nhau trong gia đình).

Chúng ta biết rằng Dean, người đàn ông có phản ứng tiêu cực khi tóc rụng, là dấu hiệu khá điển hình ở nhiều người tuổi trung niên khi đối mặt với các dấu hiệu lão hóa đầu tiên. Khả năng chuyên môn của Kesha trong công tác xã hội cũng điển hình ở nhiều người lớn tuổi trung niên, phần lớn đều trở thành chuyên gia trong một lĩnh vực này hay một lĩnh vực khác. Chúng ta chứng kiến hành vi của Jim không phải là sự phản ánh khủng hoảng ở tuổi trung niên phổ biến. Niềm vui và sự khuây khỏa của Esther khi con gái út học đại học xa nhà là phản ứng của hầu hết bố mẹ tuổi trung niên muốn trống ổ (ít nhất cho đến khi con đã trưởng thành của mình quyết định trở về).

Đánh giá từ thông tin trong chương này và trong các Chương 10 và 11, tuổi trung niên có nhiều khía cạnh tích cực – sức khỏe tương đối tốt, tài chánh được bảo đảm tốt nhất, mối quan hệ ổn định với người bạn đời, mối quan hệ với con, khả năng chuyên môn trong một số lĩnh vực, và triển vọng có mối quan hệ bổ ích với cháu. Nhưng tuổi trung niên cũng có thách thức. Việc làm quen với tình trạng lão hóa cơ thể có thể khó, cũng như việc chăm sóc bố mẹ già. Nhưng đối với nhiều người, cân đối những vấn đề này được thì đây là thời điểm tốt đẹp nhất trong đời.

TÓM TẮT



Cơ thể thay đổi và sức khỏe

Thay đổi diện mạo

- Một số dấu hiệu lão hóa xuất hiện ở tuổi trung niên bao gồm da nhăn, tóc bạc và tăng cân. Một thay đổi quan trọng nhất ở phụ nữ là khối lượng xương giảm, hình thức nghiêm trọng dẫn đến bệnh loãng xương.

Thay đổi sinh sản

- Thời kỳ tắc dục (mất khả năng sinh con bằng phương tiện tự nhiên) và thời kỳ mãn kinh (chấm dứt hành kinh) diễn ra ở độ tuổi 40 và 50, cấu thành một thay đổi quan trọng trong khả năng sinh sản ở phụ nữ. Hầu hết phụ nữ không có các triệu chứng nghiêm trọng ở cơ thể đi kèm với sự thay đổi nội tiết tố.

- Thay đổi sinh sản ở nam không ấn tượng bằng, thậm chí nam giới lớn tuổi hơn vẫn còn khả năng sinh sản. Sự thay đổi cơ thể không ảnh hưởng đến phản ứng tình dục.

Căng thẳng và sức khỏe

- Trong căng thẳng và mô hình thích ứng, căng thẳng xuất hiện do cá nhân đánh giá một sự kiện gây mỏi mệt tài nguyên của mình. Những rắc rối hàng ngày được xem là nguồn gây căng thẳng chính.

- Các loại tình huống mà con người đánh giá là căng thẳng thay đổi trong suốt tuổi trưởng thành. Các vấn đề gia đình và nghề nghiệp đối với người lớn ở đầu tuổi trưởng thành và ở tuổi trung niên quan trọng hơn, vấn đề sức khỏe quan trọng hơn đối với người trưởng lớn tuổi hơn.

• Mẫu hành vi Loại A mang đặc điểm ganh đua quyết liệt, giận dữ, thù địch, hiếu động, gây hấn và thiếu kiên nhẫn, thường đi kèm với bệnh nhồi máu cơ tim và bệnh tim mạch đầu tiên ở cá nhân. Mẫu hành vi Loại B trái ngược với Loại A, nguy cơ bị bệnh nhồi máu cơ tim đầu tiên thấp hơn nhưng dự đoán sau khi mắc bệnh nhồi máu cơ tim tồi tệ hơn. Tiếp theo sau bệnh nhồi máu cơ tim đầu tiên, cá nhân thuộc mẫu hành vi Loại A có tỷ lệ hồi phục cao hơn.

• Trong khi căng thẳng không liên quan đến bệnh tâm thần nghiêm trọng nhưng liên quan đến cô lập xã hội và hoài nghi.

Tập thể dục

• Tập aerobic có nhiều lợi ích, nhất là đối với thể hình và sức khỏe tim mạch. Kết quả tốt nhất khi tập mức độ vừa phải trong suốt tuổi trưởng thành.



Phát triển nhận thức

Trí năng thực hành

• Nghiên cứu trí năng thực hành cho thấy sự khác nhau giữa khả năng được tập luyện tối ưu và khả năng không được tập luyện. Khoảng cách này không còn trong tuổi trung niên. Trí năng thực hành có vẻ như không giảm sút đáng kể cho đến cuối đời.

Trở thành chuyên gia

• Người ta thường trở thành chuyên gia trong một số lĩnh vực này chứ không phải trong một số lĩnh vực khác. Chuyên gia thường suy nghĩ theo cách linh động hơn người mới học và có khả năng bỏ qua các bước trong giải quyết vấn đề. Hoạt động chuyên gia thường đạt đỉnh điểm ở tuổi trung niên.

Học hỏi suốt đời

• Người lớn học hỏi khác với trẻ con và thanh niên. Sinh viên lớn tuổi hơn cần sự kết hợp thực tế và lý trí trong việc học, và có yếu tố bên trong làm động cơ thúc đẩy nhiều hơn.



Nhân cách

Tính ổn định là qui luật: Mô hình năm yếu tố

• Mô hình năm yếu tố đặt định đề năm khía cạnh nhân cách: loạn thần kinh, tính hướng ngoại, mở rộng kinh nghiệm, tính dễ chịu và tính ngay thẳng. Một số nghiên cứu theo chiều dọc cho thấy nét nhân cách có tính ổn định dài hạn.

Thay đổi là qui luật: thay đổi thứ tự ưu tiên ở tuổi trung niên

• Erikson cho rằng người lớn tuổi trung niên quan tâm đến việc hành động vì người khác và truyền giá trị xã hội và kinh nghiệm cho thế hệ sau – một tập hợp hành vi và suy nghĩ mà ông gọi là *khả năng sản xuất*. Những người không có được khả năng sản xuất được cho là đang bị ngưng trệ.

• Nói chung, ít có sự ủng hộ đối với các thuyết dựa trên tiền đề cho rằng tất cả người lớn trải qua các giai đoạn đời sống có thể dự đoán vào những thời điểm cụ thể. Cá nhân có thể đối mặt với những căng thẳng giống nhau nhưng sự chuyển tiếp có thể diễn ra trong một thời điểm bất kỳ trong tuổi trưởng thành. Nghiên cứu cho thấy không phải ai cũng bị khủng hoảng ở tuổi trung niên.

• Có một số chứng cứ cho rằng nhận dạng vai trò giới tính hội tụ ở tuổi trung niên, ở mức độ mà nam và nữ có nhiều khả

năng chấp nhận các mô tả về mình giống nhau. Tuy nhiên, những mô tả giống nhau này không hẳn chuyển thành hành vi giống nhau.



Tính động học gia đình và tuổi trung niên

• Các bà mẹ tuổi trung niên thường đảm nhận vai trò người duy trì liên lạc trong dòng họ để giữ truyền thống gia đình và liên kết các thế hệ với nhau.

• Tuổi trung niên đôi khi được gọi là thế hệ kẹp giữa.

Cứ để tiếp diễn: Người lớn ở tuổi trung niên và con cái

• Quan hệ bố mẹ – con cái cải thiện đáng kể khi trẻ con qua khỏi tuổi vị thành niên. Hầu hết bố mẹ mong muốn được trống ổ. Khó khăn xuất hiện đến mức việc nuôi con là nguồn nhận dạng cá nhân quan trọng đối với bố mẹ. Tuy nhiên, một khi con đã ở riêng thì bố mẹ vẫn còn trợ cấp đáng kể.

• Con trở về nhà chủ yếu vì lý do tài chánh hoặc nuôi con. Không có bố mẹ hoặc con cái nào muốn chọn cách sắp xếp này.

Đáp trả: Người lớn ở tuổi trung niên và bố mẹ già yếu

• Con cái ở tuổi trung niên liên lạc với bố mẹ khá thường xuyên, qua các lần thăm viếng củng cố mối quan hệ.

• Chăm sóc bố mẹ già thường thuộc phần của con gái hoặc con dâu. Sự chăm sóc tạo ra một tình huống căng thẳng do suy nghĩ và vai trò mâu thuẫn. Tiềm năng mâu thuẫn rất cao, áp lực tài chánh rất lớn.

• Căng thẳng trong chăm sóc thường nhiều hơn ở phụ nữ, vì phụ nữ phải giải quyết nhiều vai trò khác nhau. Bố mẹ già cũng thường bất mãn tình huống.

Tư cách làm ông bà

• Làm ông bà nghĩa là đảm nhận vai trò mới. Kiểu tương tác thay đổi khác nhau ở cháu và ở độ tuổi của cháu. Khía cạnh xã hội và cá nhân của tư cách làm ông bà cũng có liên quan.

• Ông bà suy ra nhiều loại ý nghĩa khác nhau bất kể loại: tình trạng trung tâm, người già đáng giá, nuông chiều, quan tâm quá khứ cá nhân thêm lần nữa, và tính bất tử thông qua thị tộc. Hầu hết trẻ con và những người đầu tuổi trưởng thành báo cáo mối quan hệ tích cực với ông bà, và những người đầu tuổi trưởng thành cảm thấy có trách nhiệm chăm sóc ông bà khi cần thiết.

• Sự khác biệt dân tộc được tìm thấy ở mức độ ông bà đảm nhận vai trò tích cực trong cuộc sống của cháu.

• Trong một xã hội ngày càng di chuyển nhiều, ông bà thường có mối quan hệ xa cách cháu. Một quan tâm quan trọng đối với một số ông bà là khả năng giữ liên lạc với cháu sau khi bố mẹ của cháu ly hôn. Một số ông bà phải đóng vai trò thay thế bố mẹ cho cháu.

TỪ KHÓA

bệnh loãng xương

thời kỳ tắc dục

thời kỳ mãn kinh

triệu chứng liên quan đến kích tố động dục

triệu chứng soma

liệu pháp thay thế nội tiết tố (HRT)

cấu trúc và mô hình thích ứng

đánh giá

rắc rối

thích ứng

mẫu hành vi Loại A

mẫu hành vi Loại B

tập aerobic

trí năng thực hành

khả năng không được tập luyện

khả năng được tập luyện tối ưu

quá trình suy nghĩ

gói gọn

sản phẩm suy nghĩ

khủng hoảng tuổi trung niên

loạn thần kinh

tính hướng ngoại

mở rộng kinh nghiệm

tính dễ chịu

tính ngay thẳng

khả năng sản xuất

ngưng trệ

tính đàn hồi bản ngã

người duy trì liên lạc trong dòng họ

thế hệ kẹp giữa

bổn phận làm con

tình trạng trung tâm

người già đáng giá

nuông chiều

quan tâm quá khứ cá nhân thêm lần nữa

tính bất tử thông qua thị tộc

làm ông bà tưởng tượng

bảo tồn văn hóa

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

BRODY, E. M. (1990). *Women in the middle: Their parent-care years.* New York: Springer. Mô tả kinh nghiệm của phụ nữ chăm sóc bố mẹ dựa trên nghiên cứu và có nhiều minh họa điển hình.

CHERLIN, A. J., & FURSTENBERG, F. F. (1986). *The new American grandparent.* New York: Basic Books. Đây là khái quát nghiên cứu về ý nghĩa và kiểu làm ông bà rất đáng đọc.

ESTES, C. P. (1992). *Women who run with the wolves.* New York: Ballantine Books. Nữ tính được đề cập từ quan điểm của Jung, dưới dạng chuyện kể và chuyện tưởng tượng.

KEEN, S. (1991). *Fire in the belly: On being a man.* New York: Bantam Books. Quyển sách rất đáng đọc này trình bày một mô hình mới về nam tính trong xã hội đương đại.

TAN, A. (1989). *The Joy Luck Club.* New York: Putnam. Tiểu thuyết này tìm hiểu sự ràng buộc giữa bốn phụ nữ Mỹ gốc Hoa và con gái của họ đã trưởng thành.

WHITBOURNE, S. K. (1996). *The aging individual.* New York: Springer. Tư liệu tuyệt hảo này đề cập những thay đổi sinh học và sinh lý diễn ra ở tuổi trưởng thành, với ngụ ý tâm lý của những thay đổi này được đề cập chi tiết.

ĐIỂM QUA SỰ PHÁT TRIỂN:
TÓM TẮT BẰNG HÌNH ẢNH

Đầu và giữa tuổi trưởng thành

Tác động Sinh học

Kỹ năng cơ thể đạt đỉnh điểm. Các yếu tố cách sống chẳng hạn như hút thuốc, uống rượu và chế độ dinh dưỡng là điều quan trọng đối với chất lượng sức khỏe. Giảm bớt căng thẳng cũng rất quan trọng. Thay đổi diện mạo trong tuổi trung niên ảnh hưởng đến hình ảnh về cái tôi. Thời kỳ mãn kinh là sự thay đổi quan trọng đối với phụ nữ do có sự thay đổi trong lượng kích tố động dục.



Cách sống có lợi cho sức khỏe làm chậm một số thay đổi sinh lý liên quan đến độ tuổi qui phạm.

Tác động tâm lý

Có được suy nghĩ hậu chính thức là một tiến bộ quan trọng. Đầu tuổi trưởng thành và tuổi trung niên là thời điểm đào sâu hiểu biết cá nhân, và sự thay đổi từ thân mật sang khả năng sản xuất là một vấn đề tâm lý quan trọng. Tình bạn, mối quan hệ với bạn đời và nghề nghiệp đóng vai trò quan trọng trong sự nhận dạng cái tôi.

Tác động văn hóa xã hội

Quan điểm xã hội về mối quan hệ giúp giải thích tại sao người ta kết hôn (và ở mãi với nhau). Luật pháp về đối xử phân biệt và thành kiến đã làm thay đổi nơi làm việc. Kỳ vọng xã hội về việc chăm sóc cho bố mẹ và đã làm cho những người ở tuổi trung niên có cảm giác bị kẹp chặt giữa hai thế hệ.





Hầu hết người lớn suy ra sự hài lòng tâm lý từ việc làm ông bà.



Sự phân công việc nhà một cách bình đẳng là dấu hiệu báo trước cuộc hôn nhân thành công.



Kỹ năng nhận thức tốt, khả năng di truyền và cơ hội có được học vấn nâng cao cùng ảnh hưởng đến con đường nghề nghiệp của cá nhân.

PHẦN BỐN

VỀ GIÀ

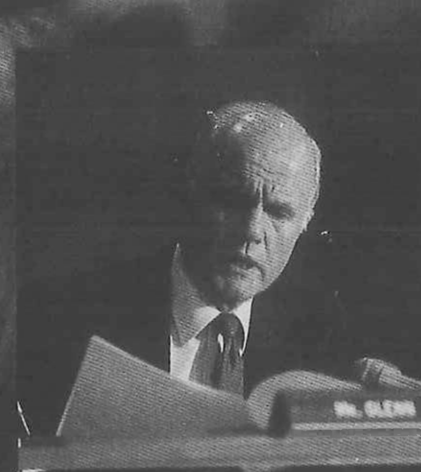
- CHƯƠNG 13: Bối cảnh riêng của tuổi già
- CHƯƠNG 14: Khía cạnh xã hội của tuổi già
- CHƯƠNG 15: Hấp hối và sự mất đi người thân

CẬN CẢNH

Ngày 29/10/1998, John Glenn trở thành người du hành trong không gian lớn tuổi nhất, sống 9 ngày trong tàu con thoi Discovery để tiến hành thí nghiệm tập trung vào sự tìm hiểu sự liên kết giữa lão hóa và chuyến bay không gian. Chuyến bay năm 1998 của Glenn là chuyến đi làm nên lịch sử thứ hai, ông cũng là phi hành gia Mỹ đầu tiên bay quanh quỹ đạo trái đất vào ngày 20/2/1962. Giữa các chuyến bay vào vũ trụ, Glenn làm thượng nghị sỹ ở bang Ohio trong 24 năm, nổi bật trong vai trò ủng hộ người cao tuổi và cũng là chuyên gia nghiệp dư trong ngành Sinh học nghiên cứu lão hóa. Glenn nhận thấy có những điểm tương đồng giữa một số thay đổi sinh lý được đánh giá ở các phi hành gia (chẳng hạn như rối loạn giấc ngủ và giảm tỷ trọng xương) và dẫn chứng bằng tư liệu các thay đổi diễn ra một cách qui phạm cùng với độ tuổi. Ông thừa nhận mình khỏe







hơn người khác ở cùng độ tuổi. Glenn quyết định trở thành đối tượng nghiên cứu và thiện ý của NASA cho phép ông trở lại vũ trụ là sự thừa nhận khác cho rằng chỉ riêng độ tuổi niên đại không thôi se là một chỉ số rk phản ánh được khả năng của con người.

John Glenn minh họa nhiều vấn đề được trình bày trong các Chương 13 – 14: sự thay đổi qui phạm mà [illegible] người trải qua [illegible] với độ tuổi, tính [illegible] sự thay đổi ở con người, và sự [illegible] thiết phải suy nghĩ lại suy nghĩ rập khuôn về người cao tuổi.






BILL

CHƯƠNG 13

BỐI CẢNH RIÊNG CỦA TUỔI GIÀ

Hãy dừng lại! Trước khi đọc chương này bạn hãy làm bài tập sau. Lấy ra một tờ giấy, viết tất cả những tính từ bạn nghĩ là có thể mô tả lão hóa và người già, cũng như tất cả "vấn đề" về lão hóa mà bạn biết được.

Lúc này bạn đang có danh sách, hãy xem kỹ danh sách này. Đây có phải là những tính từ mô tả tích cực hoặc tiêu cực nhất của bạn hay không? Bạn có nhiều "vấn đề" cần nghĩ ra hay chỉ có một vài? Hầu hết danh sách của mọi người đều có ít nhất một số từ và ngữ phản ánh hình ảnh của người già theo giới truyền thông mô tả. Phần lớn những hình ảnh của giới truyền thông đều là những suy nghĩ rập khuôn về người già ít có cơ sở thực tế. Chẳng hạn, những người trên 60 tuổi hầu như không hề xuất hiện trong các mẫu quảng cáo nước hoa (Elizabeth Taylor là một ngoại lệ đặc biệt), người già chỉ xuất hiện trong các mẫu quảng cáo gỡ bỏ lớp nhăn da.

Trong chương này, chúng ta bắt đầu cuộc hành trình tìm hiểu tuổi già. Trong chương này, chúng ta tìm hiểu thay đổi cơ thể và nhận thức. Để bắt đầu, chúng ta khảo sát những thay đổi cơ thể quan trọng và vấn đề sức khỏe mà người già thường gặp. Thay đổi khả năng nhận thức cũng như sự can thiệp giúp tái dàn xếp thay đổi cũng được đề cập. Sau cùng, nghiên cứu một số vấn đề sức khỏe tâm thần nổi tiếng nhất như trầm cảm, rối loạn lo âu và bệnh Alzheimer.

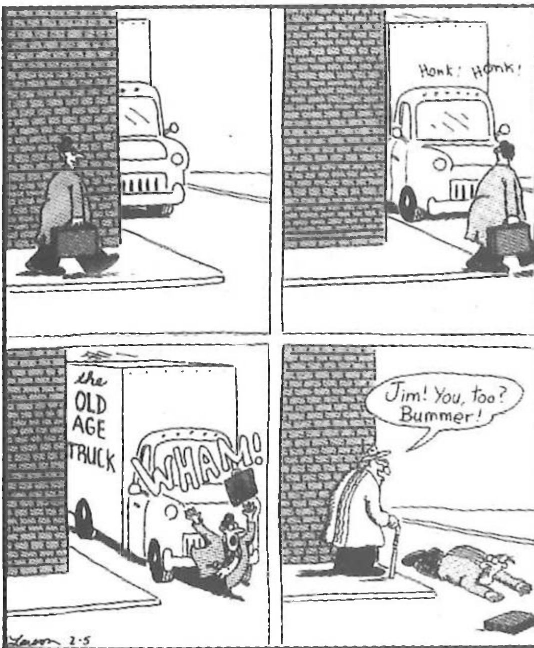
NGƯỜI GIÀ GIỐNG CÁI GÌ?

Mục tiêu nghiên cứu

- **Người già trong dân số có đặc điểm gì?**
- **Hầu hết mọi người sống được bao lâu? Yếu tố nào ảnh hưởng đến tuổi thọ?**

SARAH là một phụ nữ Mỹ gốc Phi 87 tuổi xuất thân trong một gia đình có nhiều người sống thọ. Suốt đời bà không hề đến bác sĩ và thực ra chưa hề mắc bệnh gì nặng. Sarah tưởng tượng rằng mình không bao giờ cần đến bác sĩ vì hầu như trong suốt đời bà không có bảo hiểm y tế. Bà vẫn cảm thấy khỏe mạnh và còn sống rất lâu nữa, Sarah nghĩ bà phải sống thêm vài năm nữa.

Già có nghĩa là gì? Bạn có muốn khi về già mình được mô tả bằng những từ ngữ viết ra lúc đầu chương hay không? Bạn đang mong mình già hơn hay bạn sợ tuổi già đang chờ bạn phía trước?



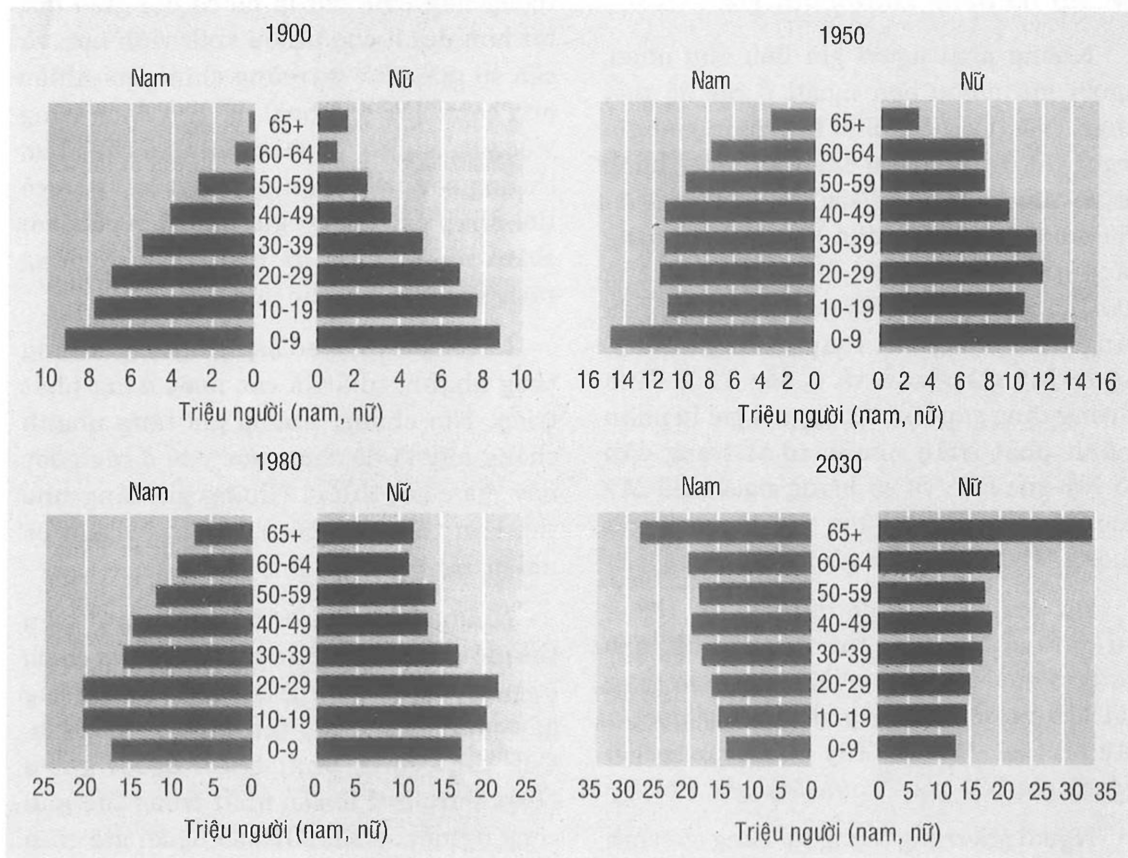
Bạn không bao giờ thấy nó đang đến

Hầu hết chúng ta đều muốn giống như Sarah và muốn có một cuộc đời khỏe mạnh, sống lâu. Tuổi già không phải là điều chúng ta bận tâm cho đến khi chúng ta lớn tuổi. Hầu hết chúng ta đều cảm nhận được tuổi già đang đến giống như Jim trong truyện tranh *Far Side* (hình bên trái). Câu chuyện như thể một đêm đi ngủ lúc tuổi trung niên và hôm sau thức giấc bỗng trở thành già. Nhưng chúng ta cũng thấy dễ chịu khi biết rằng khi ngày ấy đến thì chúng ta vẫn còn nhiều bạn bè.

NHÂN KHẨU HỌC TUỔI GIÀ

Bạn có từng nghĩ trong cuộc sống hằng ngày bạn thấy bao nhiêu người già hay không? Bạn có từng tự hỏi ông bà cố của mình cũng như thế hay không? Chưa có lúc nào có nhiều người già còn sống như lúc này. Tỉ lệ người già trong dân số các nước công nghiệp trong thế kỷ này đã tăng khủng khiếp, phần lớn là do chăm sóc y tế tốt hơn và hạ thấp tỉ lệ tử vong ở phụ nữ trong khi sinh.

Người nghiên cứu xu hướng dân số, gọi là nhà nhân khẩu học, *sử dụng kỹ thuật đồ thị gọi là* kim tự tháp dân số *để mô tả những thay đổi này.* Lưu ý hình dạng của tự kim tháp dân số năm 1900, được thể hiện trong panel đầu tiên trong biểu đồ trang 551. Đầu thế kỷ, số người dưới tuổi 20 nhiều hơn số người trên tuổi



60 đến mức hình ảnh có dạng kim tự tháp. Dự đoán đến năm 2030, (khi trẻ cuối cùng trong đợt bùng phát trẻ sơ sinh đã 65 tuổi) biểu thị sự thay đổi ấn tượng sẽ diễn ra, kim tự tháp 1900 sẽ lật ngược trở xuống! Số người trên 65 sẽ nhiều hơn bất kỳ nhóm độ tuổi khác.

Sự gia tăng nhanh chóng số lượng người già (những người trên 60) sẽ mang đến những thay đổi sâu sắc trong đời sống của mỗi người. Vào nửa đầu thế kỷ 21, người già sẽ là một mục tiêu tiếp thị quan trọng, và họ sẽ có được quyền lực chính trị và kinh tế đáng kể. Chỉ số lượng người già không thôi cũng gây nhiều áp lực cho hệ thống trợ cấp hưu trí (nhất là An sinh xã hội), chăm sóc y tế (kể cả chăm sóc dài hạn), và các phục vụ con người khác. Chi phí sẽ do số nhân viên đóng thuế tương đối nhỏ trong đạo quân tụ tập phía sau người già.

Sự căng thẳng ngày càng tăng trong hệ thống phục vụ xã hội sẽ thêm trầm trọng vì hầu hết phân mảnh phát triển nhanh nhất trong dân số Mỹ là nhóm người trên tuổi 85. Thật ra, số lượng người như thế sẽ tăng 400% từ năm 1995 đến 2050 (Cục quản lý lão hóa, 1997). Như chúng ta sẽ thấy trong chương này và trong Chương 14, những người trên 85 cần sự giúp đỡ trong sinh hoạt hàng ngày nhiều hơn những người dưới 85. ngày càng gây căng thẳng đối với hệ thống chăm sóc y tế.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Thay đổi Nhân khẩu học trong 30 năm đầu của thế kỷ 21 ảnh hưởng đến sự cần thiết tái đào tạo nhân viên ra sao?

Sự đa dạng của người già

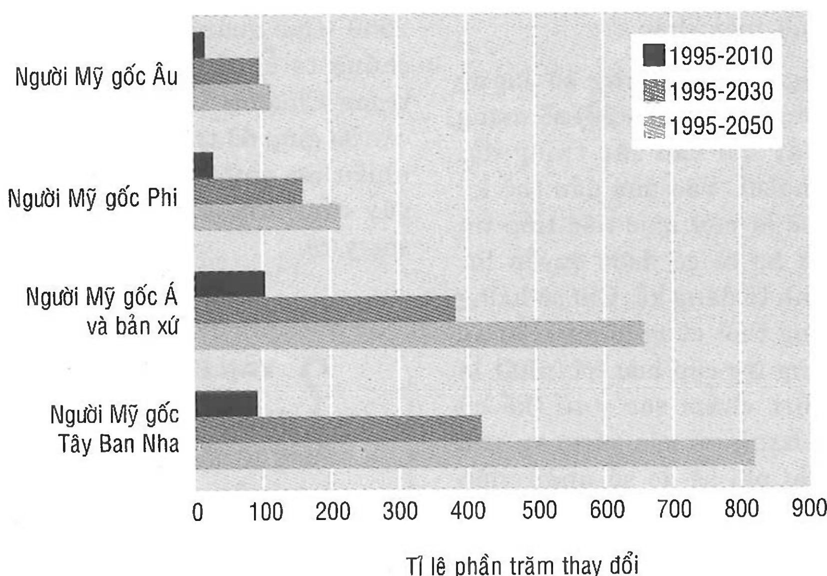
Không phải người già đều như nhau, người già nhiều hơn người ở các độ tuổi khác. Nữ giới già nhiều hơn nam giới già trong tất cả các nhóm dân tộc ở Mỹ, chúng ta sẽ tìm hiểu lý do sau. Số lượng người già trong các nhóm dân tộc thiểu số đang tăng nhanh hơn người Mỹ gốc Âu. Chẳng hạn, số lượng người Mỹ bản xứ lớn tuổi đã tăng 65% trong vài thập niên gần đây, người Mỹ già gốc Á và ở đảo Thái Bình Dương tăng gấp bốn lần, người già là phân mảnh phát triển nhanh nhất trong dân số Mỹ gốc Phi, và số lượng người già Mỹ gốc Tây Ban Nha cũng gia tăng nhanh chóng (Cục thống kê Mỹ, 1997).

Dự đoán cho sự đa dạng trong tương lai dân số Mỹ được thể hiện trong biểu đồ bên dưới. Bạn sẽ nhận ra sự gia tăng rất lớn về số lượng người già Mỹ gốc Á, Mỹ bản xứ, Mỹ gốc Tây Ban Nha so với người già Mỹ gốc Âu và Mỹ gốc Phi.

Người già trong tương lai cũng có trình độ cao hơn. Hiện tại, chỉ một nửa người già trên 65 có bằng phổ thông trung học, và 10% học đại học 4 năm trở lên. Năm 2030, ước tính 85% sẽ có bằng phổ thông trung học và 75% có bằng đại học (Cục thống kê Mỹ, 1997). Những thay đổi ấn tượng này chủ yếu là do cơ hội giáo dục tốt hơn dành cho nhiều sinh viên hơn và cần sự giáo dục ở trường chính qui nhiều hơn (nhất là đại học) để tìm được công việc tốt. Những người có trình độ cao hơn thường sống thọ hơn, hầu hết là vì họ có thu nhập cao hơn – giúp họ tiếp cận với chăm sóc y tế tốt và khả năng áp dụng cách sống có lợi cho sức khỏe.

Các nước khác, số lượng người già đang tăng nhanh, nhất là các nước đang phát triển. Nói chung, những gia tăng nhanh chóng này là do chăm sóc y tế ở các nước này được cải thiện. Những gia tăng như thế làm thay đổi bộ mặt dân số, khi có nhiều người sống đến già.

Những nước kinh tế hùng mạnh trên thế giới như Nhật Bản đang cố gắng thích ứng với số lượng người già đang tăng gây căng thẳng cho tài nguyên quốc gia. Quả thật, tỉ lệ phát triển người già ở Nhật Bản là tỉ lệ cao nhất trong thế giới công nghiệp, năm 2025 số người già trên 65 tuổi cao gấp hai lần số trẻ em (WuDunn, 1997). Tác động kinh tế bao gồm trợ cấp hưu trí cao hơn nhiều và những gia tăng rất cơ bản trong chi phí chăm sóc y tế, sẽ do số nhân viên ngày số lượng ít hơn nhiều gánh (WuDunn, 1997).



Cho dù những ngụ ý tài chánh trong dân số lão hóa có thể dự đoán được, nhưng thật đáng ngạc nhiên chúng ta ít có sự chuẩn bị. Chẳng hạn, có ít dữ liệu nghiên cứu về đặc điểm của nhân viên lớn tuổi (cho dù nghỉ hưu bắt buộc hầu như bị loại bỏ trong một vài năm), về sự khác biệt giữa người hơi già (tuổi 65 – 80) và người quá già (hơn 80), hoặc đối với nhu cầu chăm sóc sức khỏe cụ thể của người già bị bệnh mãn tính (Hiệp hội Tâm lý Mỹ, 1993). Tính đến năm 1998, quốc hội Mỹ thông qua các kế hoạch dài hạn cho việc tài trợ An sinh xã hội và Chăm sóc y tế, cho dù số trẻ sơ sinh đầu tiên trong đợt bùng nổ trẻ sơ sinh đến năm 2006 sẽ bước sang tuổi 60. Những vấn đề này cần được giải quyết trong tương lai gần, sao cho có thể thực hiện các chính sách thích hợp (Binstock, 1999)..

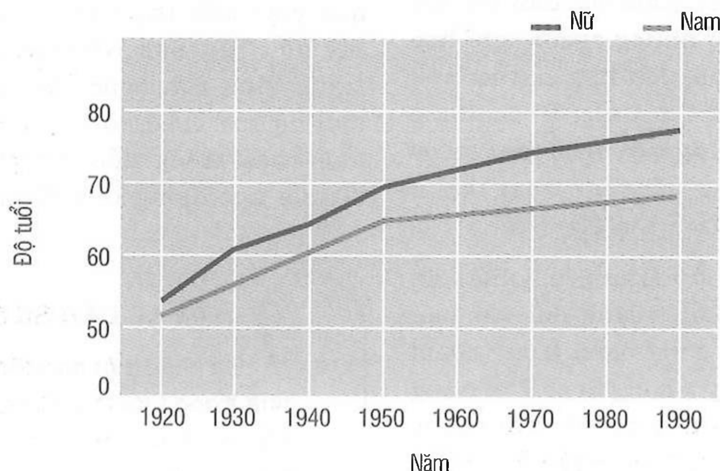
BẠN SẼ SỐNG BAO LÂU?

Số năm một người nghĩ là mình sống, gọi là tuổi thọ *được xác định bằng các yếu tố di truyền và môi trường.* Các nhà nghiên cứu phân biệt giữa ba loại tuổi thọ: tuổi thọ trung bình, tuổi thọ hữu dụng, và tuổi thọ tối đa.

Tuổi thọ trung bình *(hoặc tuổi thọ ở khoảng giữa) là độ tuổi mà một nửa những người sinh ra trong một năm cụ thể sẽ mất.* Như bạn thấy trong biểu đồ bên dưới tuổi thọ trung bình đối với con người ở Mỹ tăng ổn định trong thế kỷ này. Sự gia tăng này chủ yếu là do sự giảm sút đáng kể tỉ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh và số lượng phụ nữ chết trong lúc sinh, loại trừ các căn bệnh quan trọng như đậu mùa và bại liệt, và những tiến bộ trong công nghệ y học đã kéo dài mạng sống của người mắc bệnh mãn tính.

Tuổi thọ hữu dụng *là số năm mà một người không bị mắc bệnh mãn tính và giảm sút.* Theo lý tưởng, tuổi thọ hữu dụng phù hợp với thời gian sống thực sự của một người. Tuy nhiên, công nghệ y học đôi khi giúp cho con người sống thêm nhiều năm nữa cho dù họ không thể thực hiện các công việc thông thường hằng ngày. Do đó, người ta đang chú trọng nhiều hơn đến tuổi thọ hữu dụng hơn là chú trọng số năm mà con người sống được, trong việc ra các quyết định điều trị y học.

Tuổi thọ tối đa *là độ tuổi cao nhất mà một người bất kỳ sống được.* Hiện này, các nhà khoa học dự đoán rằng giới hạn tối đa đối với con người là khoảng 120 năm, hầu hết là vì các hệ thống cơ quan quan trọng khác và tim bị hạn chế ở chỗ có thể kéo dài trong bao lâu mà không cần phải thay thế (Hayflick, 1994).



➡ *Yếu tố di truyền và môi trường trong tuổi thọ*

Có lẽ dấu hiệu tốt nhất để dự đoán tuổi thọ là phát xuất từ gia đình có nhiều người sống lâu. Chẳng hạn, cộng thêm khoảng 4 năm vào tuổi thọ trung bình cho mỗi bố mẹ sống đến tuổi 80 (Woodruff-Pak, 1988). Một số bệnh mãn tính cũng có mối quan hệ di truyền làm giảm tuổi thọ, bao gồm bệnh tim mạch, một số dạng ung thư, sơ nang, và bệnh Alzheimer. Chẳng hạn, đối với mỗi bố mẹ, ông bà, hoặc anh chị em ruột chết vì bệnh tim mạch trước tuổi 50, thì bạn lấy tuổi thọ trung bình trừ đi 4 năm (Woodruff-Pak, 1988).

Nhiều khía cạnh môi trường cũng ảnh hưởng đến tuổi thọ: bệnh mắc phải (như bệnh AIDS), độc tố và chất gây ô nhiễm. Ngoài ra, yếu tố cách sống chẳng hạn như căng thẳng, hút thuốc, chế độ ăn uống, chất gây nghiện, rượu và tập thể dục cũng ảnh hưởng đến tuổi thọ. Kết hôn giúp tăng tuổi thọ, nhưng đối với nam nhiều hơn nữ (Woodruff-Pak, 1988). Ảnh hưởng của môi trường thậm chí đối với người nghèo còn quan trọng hơn. Những người sống trong vùng nghèo khổ có nhiều khả năng không đủ tiền để ăn uống phù hợp và sẽ tiếp xúc với độc tố như chì chẳng hạn nhiều hơn và phải sống trong các khu vực ô nhiễm hơn. Mỗi yếu tố trong số này giảm bớt tuổi thọ rất đáng kể (Hiệp hội những người nghỉ hưu Mỹ, 1991). Tác động kết hợp của các yếu tố môi trường có thể gây sốc: Tổ chức ung thư Mỹ dự đoán rằng một người hút thuốc không kết hôn sống một mình trong thành phố lớn có thể giảm thọ 22 năm.

Có lẽ gây nhiều tranh cãi nhất về ảnh hưởng của môi trường đối với tuổi thọ là sự tiến bộ công nghệ trong chăm sóc y tế. Ngày nay, chúng ta có khả năng kéo dài sự sống rất đáng kể, khi chúng ta giúp cho con người sống lâu hơn bằng các can thiệp y học. Cho dù là bệnh nan y nhưng nhiều nạn nhân sống thêm được ít lâu do công nghệ y học chẳng hạn như hệ thống hỗ trợ sự sống. Nhưng nhiều người đặt ra câu hỏi hóc búa: kéo dài sự sống lúc nào cũng có lợi phải không? Câu hỏi này buộc mọi người phải phân biệt chất lượng sống với số lượng sống. Chúng ta sẽ trở lại vấn đề này chi tiết hơn trong Chương 15, phần cái chết êm ái.

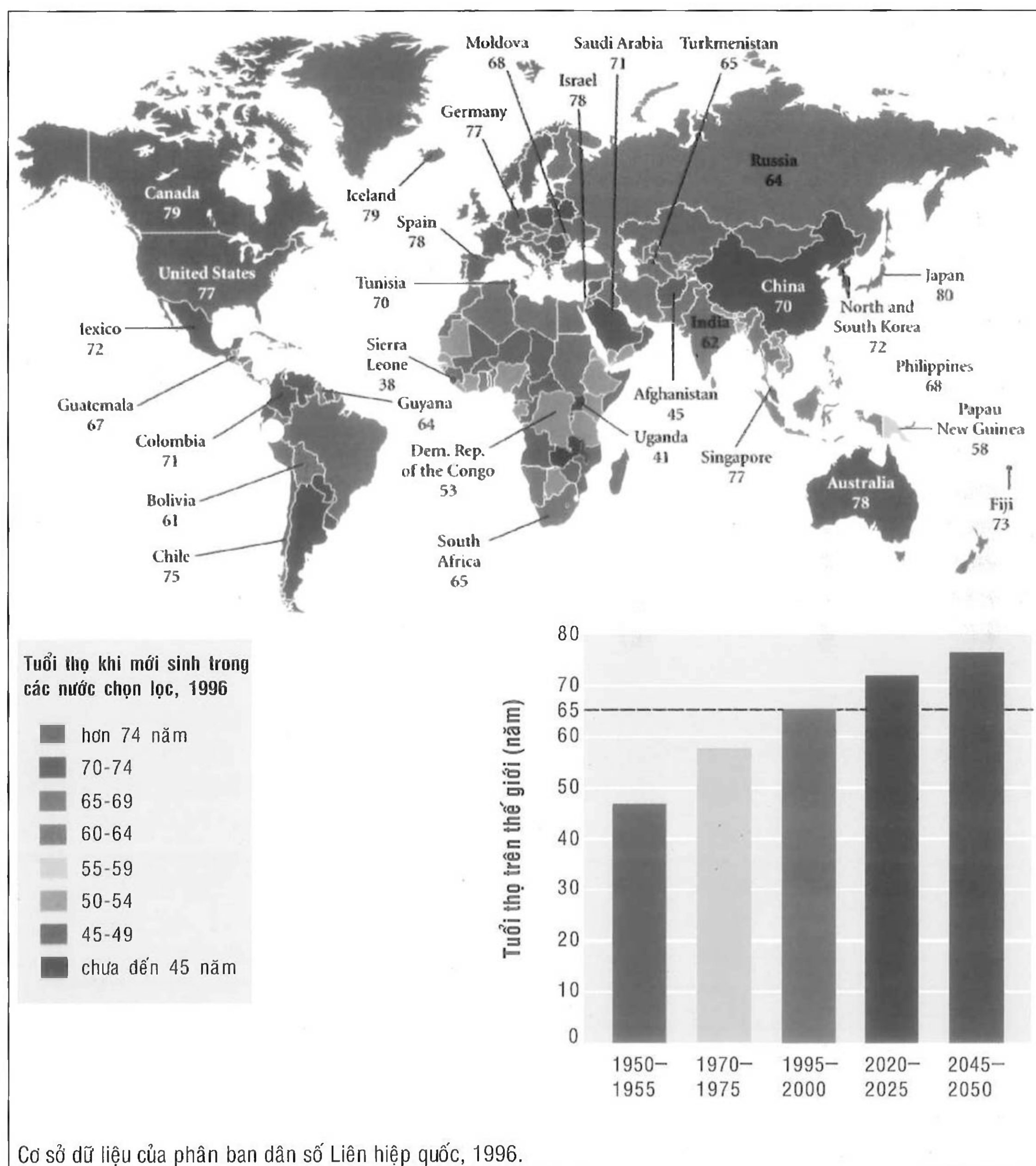
➡ *Sự khác biệt tộc người và giới tính trong tuổi thọ*

Sự khác biệt tộc người trong tuổi thọ trung bình rất phức tạp (Go và người khác, 1995). Chẳng hạn, tuổi thọ trung bình của người Mỹ gốc Phi khi sinh năm 1995 ở nam thấp hơn 9 năm và ở nữ thấp hơn 5,5 năm tuổi thọ của người Mỹ gốc Âu. Ở tuổi 65, tuổi thọ trung bình ở người Mỹ gốc Phi thấp hơn người Mỹ gốc Âu 2 năm đối với cả nam lẫn nữ, nhưng ở tuổi 85 người Mỹ gốc Phi thường sống lâu hơn (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997). Có lẽ vì họ không được hưởng cùng chất lượng chăm sóc như người Mỹ gốc Âu, và có nguy cơ mắc bệnh và tai nạn nhiều hơn, nên người Mỹ gốc Phi sống đến tuổi 85 thường khỏe mạnh hơn người Mỹ gốc Âu cùng độ tuổi. Như Sarah, phụ nữ 87 tuổi trong phần minh họa, trong suốt đời ít cần đến sự chăm sóc y tế. Sự phức tạp trong khác biệt nhóm dân tộc thấy rõ qua việc tuổi thọ trung bình của người Mỹ gốc Tây Ban Nha cao hơn tuổi thọ trung bình của người Mỹ gốc Âu thuộc mọi độ tuổi, cho dù có nhiều người gặp khó khăn trong tiếp cận chăm sóc y tế (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Sự khác biệt dân tộc và giới tính trong tuổi thọ liên quan với các tác động sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội ra sao?

Đến thăm một trung tâm chăm sóc người già hoặc nhà dưỡng lão có thể dễ dàng đặt câu hỏi, "tất cả những người thật già sống ở đâu?" Tuổi thọ trung bình của nữ cao hơn tuổi thọ trung bình của nam 7 năm lúc mới sinh, giảm xuống còn khoảng 1 năm ở tuổi 85 (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997). Tại sao? Câu trả lời ngắn gọn nhưng chính xác là chúng ta không biết chắc chắn (Hayflick, 1994). Nam ngày càng dễ bị bệnh và tai nạn hơn, cùng với tỉ lệ chết khi sinh con ở nữ giảm là các yếu tố. Một số nhà nghiên cứu cũng cho rằng các yếu tố quan trọng khác đối với nữ là việc có hai nhiễm sắc thể X (so với một nhiễm sắc thể ở nam), mức độ chuyển hóa thấp hơn, tỉ lệ trọng lượng của não so với cơ thể cao hơn và lượng testosterone thấp hơn (Hayflick, 1994). Mặc dù, cho đến nay không có yếu tố nào trong số này được cho là đủ để giải thích tại sao phụ nữ trung bình sống thọ hơn nam.



Cơ sở dữ liệu của phân ban dân số Liên hiệp quốc, 1996.

Sự khác biệt tuổi thọ ở các nước

Các nước trên thế giới khác nhau rất đáng kể về tuổi thọ trung bình trong dân số. Như bạn thấy trong bản đồ trang 555, dải hiện tại kéo dài từ 38 năm ở Sierra Leone, châu Phi đến 80 năm ở Nhật Bản. Sự phân kỳ rộng như thế trong tuổi thọ phản ánh sự khác biệt rất lớn trong các điều kiện xã hội và kinh tế, chăm sóc y tế, bệnh tật, v.v... ở các nước công nghiệp và đang phát triển.

TỰ KIỂM TRA

1. Phân mảnh phát triển nhanh nhất trong dân số ở Mỹ là những người trên ______.
2. Độ tuổi ở đó một nửa người sinh ra trong một năm cụ thể chết gọi là ______.
3. Hãy nhớ lại các ảnh hưởng cách sống đối với sức khỏe được đề cập trong Chương 12. nếu hầu hết mọi người đều có cách sống rất có lợi cho sức khỏe thì bạn nghĩ điều gì xảy ra đối với tuổi thọ trung bình?

Trả lời: (1) 85, (2) tuổi thọ trung bình

CƠ THỂ THAY ĐỔI VÀ SỨC KHỎE

Mục tiêu nghiên cứu

- **Các thuyết Sinh học quan trọng về lão hóa là gì?**
- **Khi về già thường diễn ra nhiều thay đổi sinh lý nào?**
- **Đối với người già có những vấn đề sức khỏe chính nào?**

Cơ thể thay đổi và sức khỏe

Thuyết Lão hóa sinh học

Thay đổi Sinh lý học

Vấn đề sức khỏe

FRANK *là ông già 80 tuổi cơ thể vẫn còn hoạt động tốt. Ông thích đi thuyền buồm, đi xe đạp đường dài, và trượt tuyết việt dã. Mặc dù ông tự xem mình là người có thể hình tuyệt hảo nhưng ông nhận thấy sức dẻo dai đã giảm, không còn thính tai như xưa. Frank tự hỏi: mình có thể làm gì để ngăn chặn những giảm sút này hay đó là một phần chắc chắn phải có khi mình càng lớn tuổi?*

Nếu gia đình của bạn có nhiều album ảnh chụp trong nhiều năm bạn có thể nhìn thấy ông bà và ông bà cố của mình thay đổi qua những năm ấy ra sao. Một số khác biệt dễ thấy hơn là sự thay đổi màu tóc và số lượng tóc cùng với da nhăn nhưng các thay đổi cơ thể khác khó nhận thấy hơn. Trong phần này, chúng ta khảo sát một số thay đổi cũng như một vài vấn đề mà người lớn có thể làm để cải thiện sức khỏe của mình. Như đã nêu trong Chương 12, nhiều thay đổi lão hóa bắt đầu ở tuổi trung niên nhưng thường không ảnh hưởng đến sinh hoạt hàng ngày cho đến khi về già như Frank đang cảm nhận. Nhưng trước tiên, chúng ta sẽ hỏi một câu cơ bản: tại sao người ta lại già?

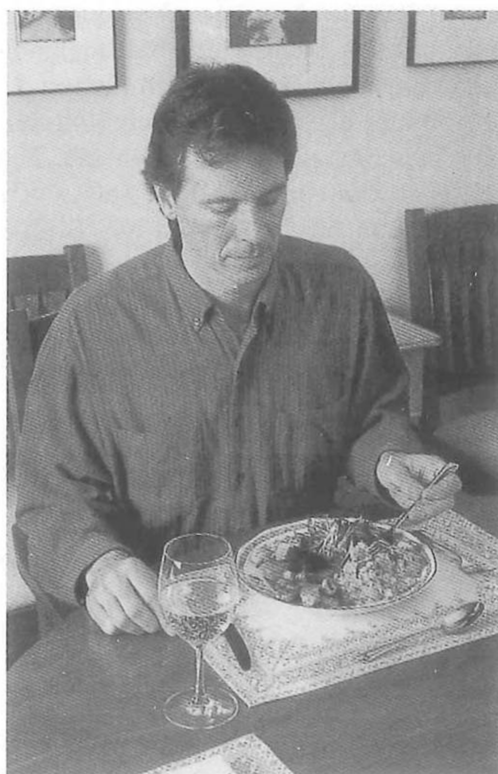
THUYẾT LÃO HÓA SINH HỌC

Tại sao mọi người sống đến già rồi sau cùng chết? Hiện nay vẫn chưa có câu trả lời dứt khoát nhưng nếu kết hợp một vài thuyết Sinh học bổ sung, người ta biết được một phần (Hayflick, 1994).

Có 4 nhóm thuyết Lão hóa Sinh học quan trọng. Thuyết Mặc và mòn *cho rằng cơ thể giống như bất kỳ một cỗ máy nào dần dần xuống cấp và sau cùng bỏ đi.* Thuyết này giải thích một số bệnh, chẳng hạn như viêm xương – khớp. Nhiều năm sử dụng khớp xương làm cho lớp sụn bảo vệ bị thoái hóa gây ra đau nhức và cứng khớp. Tuy nhiên, thuyết Mặc và mòn không giải thích được hầu hết các khía cạnh lão hóa khác (Hayflick, 1994).

Thuyết Tế bào *giải thích lão hóa bằng cách tập trung nghiên cứu các quá trình diễn ra trong từng tế bào, dẫn đến việc hình thành các chất độc hại trong quãng đời.* Hầu hết các thuyết này đều nhấn mạnh tác động phá hủy của một số chất nào đó đối với chức năng hoạt động của tế bào. *Chẳng hạn, một số lý thuyết gia cho rằng* "gốc tự do" – *hóa chất được tạo ra ngẫu nhiên trong khi chuyển hóa tế bào bình thường, dễ dàng liên kết với các chất khác bên trong tế bào – làm cho tế bào bị thương tổn nên chức năng hoạt động giảm sút.* Lão hóa là do tác động tích tụ của các gốc cơ bản trong suốt quãng đời. Gốc tự do đóng vai trò quan trọng trong một số bệnh, như bệnh viêm xương – khớp và ung thư. *Thuyết tế bào khác tập trung vào* liên kết chéo *trong đó một số protein tương tác ngẫu nhiên với một số mô cơ thể chẳng hạn cơ bắp và động mạch.* Kết quả của liên kết chéo là mô bình thường, đàn hồi trở nên cứng hơn, đến mức cơ bắp và động mạch kém linh động hơn qua thời gian. Kết quả trong một số trường hợp có thể nghiêm trọng, chẳng hạn, việc xơ cứng cơ tim buộc tim phải làm việc nhiều hơn, làm tăng nguy cơ mắc bệnh nhồi máu cơ tim. Mặc dù chúng ta biết rằng những chất này đang tích tụ nhưng vẫn chưa hiểu chúng gây ra sự lão hóa ra sao.

Thuyết Chuyển hóa *tập trung vào các khía cạnh chuyển hóa của cơ thể để giải thích tại sao con người già.* Hai quá trình quan trọng trong tiếp cận này là căng thẳng và lượng calo đưa vào cơ thể. Có một số chứng cứ cho rằng người ta như người đàn ông trong ảnh chụp hạn chế lượng calo mình ăn theo chế độ ăn uống cân đối để được sống thọ và giảm tỉ lệ mắc bệnh (Monczunski, 1991). Vẫn còn phải tìm hiểu liệu loại chế độ ăn uống (như ít chất béo) hoặc bản thân số lượng calo có phải là bí quyết hay không. Người ta dễ dàng thích ứng với các căng thẳng cơ thể cũng rất quan trọng, người trưởng thành nhỏ tuổi hơn có thể chịu đựng mức độ sử dụng cơ bắp cao hơn người trưởng thành lớn tuổi hơn (Whitbourne, 1996). Có thể tử vong xảy ra vì cơ thể không còn thích ứng với căng thẳng nữa (Hayflick, 1994).



Sau cùng, thuyết Chết tế bào lập trình *cho rằng lão hóa được lập trình về mặt Sinh học.* Mặc dù không có một gien lão hóa duy nhất như thế, nhưng ngày càng có nhiều chứng cứ cho rằng có một mật mã di truyền, chưa được khám phá, kiểm soát đời sống của tế bào. Chúng ta biết rằng có một thành phần di truyền liên quan đến nhiều căn bệnh mãn tính có liên quan đến độ tuổi chẳng hạn như bệnh Alzheimer, bệnh tim mạch và một số hình thức bệnh ung thư. Chúng ta cũng biết rằng tế bào cuối cùng không phân chia nữa, có lẽ vì các chuỗi xoắn ốc dài ADN gọi là telomere, bảo vệ các đầu của từng nhiễm sắc thể, sẽ ngắn lại sau mỗi lần tế bào phân chia và đạt đến thời điểm không còn thích hợp để phân chia tiếp nữa. Tuy nhiên, những đầu mối khích lệ này vẫn chưa trả lời được vấn đề sự lập trình như thế được kích hoạt ra sao hoặc gây ra lão hóa như thế nào.

Cho dù có nhiều thuyết Sinh học khác nhau, nhưng không có thuyết nào giải thích lão hóa đầy đủ. Quả thật, phần lớn quá trình lão hóa vẫn chưa được khám phá nhất là trong việc phân loại những khác biệt giữa lão hóa bình thường (thay đổi không bệnh diễn ra ở mọi người) và lão hóa liên quan đến bệnh tật. Ngoài ra, chúng ta cũng cần biết những yếu tố khác nhau này trong lão hóa Sinh học tương tác với nhau ra sao.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Ảnh hưởng tâm lý và văn hóa xã hội trong việc phát hiện một thuyết Lão hóa Sinh học duy nhất, toàn diện là ảnh hưởng gì?

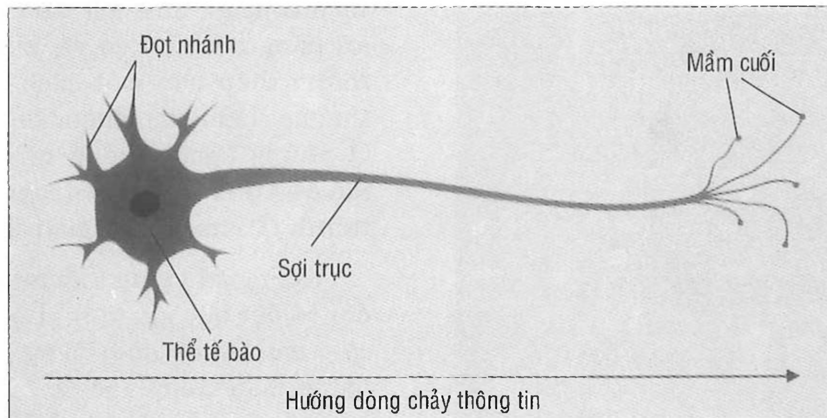
THAY ĐỔI SINH LÝ HỌC

Tuổi già thường có nhiều thay đổi sinh lý chắc chắn phải có. Như Frank, trong phần minh họa, người già nhận thấy sự dẻo dai của mình giảm so với 20 hoặc 30 năm trước, và không còn thính tai như xưa nữa. Trong phần này, chúng ta khảo sát một số thay đổi sinh lý quan trọng nhất diễn ra trong tế bào thần kinh, hệ thống tim mạch và hô hấp, hệ vận động và hệ nhận cảm. Chúng ta cũng khảo sát các vấn đề về sức khỏe nói chung chẳng hạn như giấc ngủ, chế độ dinh dưỡng và ung thư. Trong suốt phần thảo luận này, bạn nên ghi nhớ rằng một số những thay đổi chúng ta nghiên cứu xảy ra ở mọi người nhưng mức độ và số lượng thay đổi khác nhau ở từng người.

➡ *Thay đổi ở tế bào thần kinh*

Thay đổi qui phạm quan trọng nhất cùng với độ tuổi bao gồm những thay đổi cấu trúc trong tế bào thần kinh, tế bào cơ bản trong não và trong sự truyền đạt giữa các tế bào thần kinh (Whitbourne, 1996). Bạn hãy nhớ lại cấu trúc cơ bản của tế bào thần kinh trong Chương 3 (trang 123 – 124), bằng hình vẽ trang 559. Hai cấu trúc trong tế bào thần kinh quan trọng nhất trong việc tìm hiểu lão hóa: đọt nhánh, tiếp nhận thông tin từ các tế bào thần kinh khác, và sợi trục truyền thông tin bên trong một tế bào thần kinh từ đọt nhánh đến các nhánh đầu cuối. Mỗi thay đổi chúng ta nhận thấy làm giảm sút khả năng truyền thông tin của tế bào thần kinh, sau cùng ảnh hưởng đến chức năng hoạt động của cá nhân (Whitbourne, 1996). Ba thay đổi cấu trúc quan trọng nhất trong lão hóa bình thường: mớ u xơ thần kinh, thay đổi đọt nhánh và các tấm thần kinh.

Vì lý do nào đó chưa hiểu rõ, xơ cấu thành sợi trục đôi khi bị xoắn với nhau để tạo ra một khối có dạng xoắn ốc gọi là mớ u xơ thần kinh. Những mớ bòng bong này cản trở khả năng truyền thông tin xuống sợi trục của tế bào thần kinh. Một số mức độ rối rắm thường diễn ra theo độ tuổi nhưng ở bệnh Alzheimer có số lượng mớ u xơ thần kinh rất lớn (Scheibel, 1996).



Thay đổi ở đọt nhánh phức tạp hơn. Một số đọt nhánh teo lại rồi chết, làm cho các tế bào thần kinh khó truyền đạt với nhau hơn. Tuy nhiên, một số đọt nhánh vẫn tiếp tục phát triển (Curcio, Buell, & Coleman, 1982), giải thích tại sao người già tiếp tục cải thiện trong một số lĩnh vực như chúng ta sẽ biết vào cuối chương này. Tại sao một số đọt nhánh thoái hóa trong khi số khác thì không vẫn chưa được hiểu rõ, điều này có thể phản ánh sự tồn tại của hai họ tế bào thần kinh khác nhau.

Tế bào thần kinh bị thương tổn và chết đôi khi tập hợp quanh một lõi protein và tạo ra tấm thần kinh, có thể tấm thần kinh gây trở ngại cho chức năng hoạt động bình thường của tế bào thần kinh khỏe mạnh. Mặc dù số lượng tấm đi kèm với chứng mất trí rất lớn (những bệnh Alzheimer), các nhà nghiên cứu vẫn chưa xác định một "số lượng cho phép" của tấm thần kinh biểu thị một bộ não đang lão hóa nhưng vẫn khỏe mạnh (Scheibel, 1996).

Vì tế bào thần kinh không tiếp xúc, liên lạc được với nhau nên phải truyền đạt thông qua các hóa chất gọi là chất truyền thần kinh. Cùng với độ tuổi, lượng chất truyền thần kinh này giảm (Whitbourne, 1999). Người ta cho rằng những giảm sút này là nguyên nhân gây ra nhiều thay đổi hành vi liên quan đến độ tuổi, bao gồm những thay đổi trong trí nhớ và giấc ngủ, và có lẽ trong những ảnh hưởng như bệnh Alzheimer.

Những thay đổi này trong tế bào thần kinh là một phần thông thường của lão hóa. Tuy nhiên, khi những thay đổi này diễn ra ở mức độ lớn hơn nhiều thì chúng gây ra các rối loạn đáng kể và kèm theo bệnh Alzheimer hoặc bệnh liên quan, chúng ta sẽ khảo sát chi tiết hơn ở trang 581 – 587. Vấn đề này rất quan trọng khi có nghĩa rằng thay đổi hành vi nghiêm trọng chẳng hạn như giảm sút trí nhớ rất nghiêm trọng không phải là kết quả của sự thay đổi qui phạm trong bộ não mà đúng ra là dấu hiệu chỉ báo bệnh tật.

Thật không may, chúng ta biết về những loại thay đổi diễn ra cùng độ tuổi nhiều hơn về sự liên kết giữa thay đổi của tế bào thần kinh và hành vi. Chứng cứ thường không trực tiếp, thu được bằng cách quan sát cẩn thận số cá thể bị chấn thương não, hoặc phác họa các mẫu hành vi đã biết với chứng cứ lấy được từ mổ tử thi phần não người. Chúng ta biết được sự liên kết phải có ở đây nhưng khám phá ra sự liên kết này cần phải có thời gian và sáng tạo.

Hệ tim mạch và hô hấp

Khả năng mắc bệnh tim mạch như bệnh nhồi máu cơ tim, nhịp tim không



đều, đột quỵ và cao huyết áp gia tăng đáng kể theo độ tuổi (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997). Tuy nhiên, tỉ lệ tử vong nói chung của những bệnh này giảm sút qua nhiều thập niên gần đây, chủ yếu là vì người lớn hút thuốc ít hơn và nhiều người giảm lượng chất béo trong chế độ ăn uống. Tuy nhiên, tỉ lệ tử vong đối với một số nhóm thiểu số như người Mỹ gốc Phi vẫn còn cao hơn vì chăm sóc y tế dự phòng kém hơn và cách sống kém có lợi cho sức khỏe do thiếu tài nguyên tài chánh (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997).

Thay đổi qui phạm trong hệ tim mạch góp phần cho bệnh tật bắt đầu vào đầu tuổi trưởng thành. Lượng mỡ tích tụ được phát hiện trong và quanh tim, và trong động mạch (Whitbourne, 1996). Sau cùng, số lượng máu mà tim có thể bơm trong mỗi phút giảm khoảng 30%. Số lượng mô cơ trong tim cũng giảm do các mô liên kết thay thế. Cũng có sự xơ cứng động mạch nói chung do hiện tượng vôi hóa. Những thay đổi này diễn ra bất kể có cách sống gì, nhưng ở người tập thể dục, ăn uống ít chất béo và kiểm soát căng thẳng thấp hơn một cách hiệu quả, thì thường chậm hơn nhiều (xem Chương 12). Ở những người không bị cao huyết áp, huyết áp ít thay đổi trong tuổi trưởng thành (Pearson và người khác, 1997).

Khi người ta lớn tuổi hơn, những thay đổi có đột quỵ gia tăng. Đột quỵ *hoặc sự cố ở mạch máu não,* do sự gián đoạn lưu lượng máu trong não *do bị nghẽn mạch hoặc do* xuất huyết *trong động mạch não.* Tắc nghẽn động mạch do máu đóng cục hoặc sự tích tụ các chất béo do bệnh xơ vữa động mạch. Xuất huyết là do sự đứt động mạch. *Người già thường bị* chứng thiếu máu cục bộ nhất thời (TIAs), *là sự gián đoạn lưu lượng máu chảy đến não, thường là dấu hiệu cảnh báo đầu tiên của đột quỵ.* Một sự cố mạch máu não nghiêm trọng duy nhất cũng làm giảm sút nhận thức nghiêm trọng chẳng hạn mất khả năng nói, hoặc rối loạn cần thiết, như không thể cử động cánh tay. Tính chất và mức độ nghiêm trọng trong giảm sút chức năng hoạt động thường được xác định qua vùng não cụ thể nào bị thương tổn. Muốn hồi phục được qua cơn đột quỵ tùy vào nhiều yếu tố, bao gồm mức độ và loại tổn thất, khả năng của các vùng khác trong não đảm nhận chức năng bị mất và động cơ thúc đẩy cá nhân.

Có nhiều sự cố mạch máu não nhỏ dẫn đến bệnh gọi là mất trí mạch máu. Không như bệnh Alzheimer, sẽ đề cập hình thức mất trí khác trong cuối chương này, mất trí mạch máu khởi phát đột ngột, có thể hoặc không thể phát triển dần dần. Ngoài ra, các mẫu triệu chứng của cá nhân rất khác biệt, tùy vào vùng thương tổn cụ thể của não. Trong một số trường hợp, mất trí mạch máu diễn tiến nhanh hơn bệnh Alzheimer, trung bình sau khi khởi phát 2, 3 năm thì mất, ở một số trường hợp khác, bệnh diễn tiến chậm hơn nhiều, với các mẫu triệu chứng đặc trưng (Qualls, 1999).

Sự cố mạch máu não duy nhất và mất trí mạch máu được chẩn đoán giống nhau. Chứng cứ thương tổn có thể biết được qua chụp hình chẩn đoán (như chụp cắt lớp vi tính hoặc chụp CT, chụp cộng hưởng từ hoặc MRI), giống như ảnh chụp bên dưới, sau đó được khẳng định qua các kiểm tra tâm lý thần kinh. Các yếu tố nguy cơ đã biết đối với hai bệnh trạng bao gồm cao huyết áp và tiền sử gia đình bị rối loạn.

Số lượng không khí tối đa trong một lần thở giảm 40% từ tuổi 25 đến 85, hầu hết là do xơ cứng lồng ngực và đường thở khi lớn tuổi, và sự phá hỏng túi khí trong phổi do ô nhiễm và hút thuốc (Whitbourne, 1996). Sự giảm sút này là nguyên nhân chính làm cho thở gấp sau khi cơ thể gắng sức khi lớn tuổi. Vì ảnh hưởng kết hợp giữa việc hít thở không khí bị ô nhiễm trong một quãng đời, thật khó cho rằng những thay đổi này liên quan đến độ tuổi chặt chẽ ra sao. *Hình thức thường gặp nhất trong các bệnh làm mất khả năng hô hấp ở người già là* bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD). COPD là căn bệnh làm cơ thể cực kỳ suy yếu, dẫn đến trầm cảm, lo âu và phải liên tục thở oxy (Frazer, Leicht, & Baker, 1996). Emphysema là hình thức thường gặp nhất của COPD, mặc dù hầu hết các trường hợp bệnh emphysema là do hút thuốc, một số hình thức khác do thay đổi. Hen suyễn làm một hình thức khác của COPD.



Bệnh Parkinson

Bệnh Parkinson *chủ yếu biết được qua triệu chứng vận động đặc trưng: bước đi rất chậm, khó ngồi xuống và đứng lên từ ghế, bàn tay run rẩy*. Những rối loạn này là do sự thoái hóa của tế bào thần kinh ở vùng não giữa, vùng não này sản xuất chất truyền thần kinh dopamine. Triệu chứng được điều trị hiệu quả bằng thuốc L-dopa, làm tăng lượng dopamine chức năng trong não (Youngjohn & Crook, 1996). Nghiên cứu gần đây cho thấy một công cụ hoạt động giống như người dàn xếp của não bằng cách điều tiết hoạt động của não có thể chứng minh tính hiệu quả trong việc loại trừ sự run rẩy ở bàn tay (Neergaard, 1997).

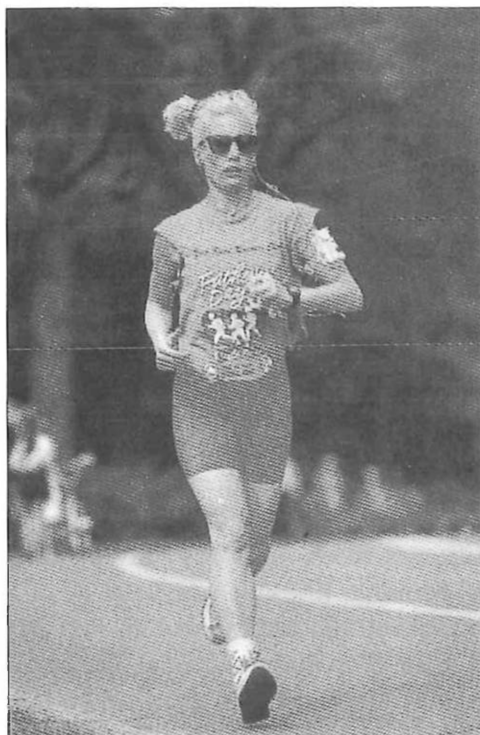
Về những lý do chúng ta chưa rõ, khoảng 30 – 50% thời gian mắc bệnh Parkinson thường có sự giảm sút nhận thức nghiêm trọng, với những thay đổi trong não bổ sung tương tự như bệnh Alzheimer (Youngjohn và người khác, 1992). Vẫn còn phải tìm hiểu liệu hình thức bệnh Parkinson thực sự có phải là một bệnh riêng biệt khác hay không.

Thay đổi nhận cảm

Nhiều thay đổi diễn ra trong hệ nhận cảm đáng chú ý khi về già. Ở mắt, thủy tinh thể dày hơn, có màu vàng vàng. Vì những thay đổi cấu trúc này, người già dễ bị chói mắt hơn, phải mất thời gian lâu hơn mới thích nghi được những thay đổi về độ sáng, khó đọc những gì để gần mắt và cần nhiều ánh sáng hơn mới đọc được (Kline & Schieber, 1985). Khi người ta lớn tuổi phải cần thời gian nhiều hơn để mắt thích nghi khi chuyển từ sáng

sang tối hoặc ngược lại (Whitbourne, 1996). Điều này thích hợp trong nhiều tình huống, chẳng hạn như lái xe ban đêm và phải điều chỉnh để thích nghi với đèn pha xe ngược chiều và nền đường tối đen.

Thính lực giảm sút là những thay đổi nhận cảm thường gặp nhất. *Có sự giảm sút cơ bản trong khả năng nghe âm sắc cao, một tình trạng gọi là* lão thính. Mặc dù tình trạng này nghiêm trọng nhất ở người già, nhưng cá thể ở mọi độ tuổi cũng bị tổn thương thính lực nghiêm trọng do liên tục tiếp xúc với tiếng ồn ầm ĩ kể cả nhạc mở to (Whitbourne, 1996). Chẳng hạn, nghe nhạc mở to bằng headphone trong khi tập thể dục giống như người phụ nữ trong ảnh là vô cùng có hại vì lưu lượng máu chảy đến các tế bào thụ quang nghe đang tăng nên dễ làm cho tai bị thương tổn. Nhạc mở lớn và tiếng ồn khác trong môi trường có thể là một số lý do giải thích ở tuổi 51, tổng thống Bill Clinton phải đeo máy điếc ở cả hai tai. Mặc dù sử dụng máy điếc giảm bớt một phần trở ngại của lãng tai nhưng bản thân nó không cải thiện được sự tương tác xã hội của cá nhân (Tesch-Romer, 1997). Mức độ kỹ năng xã hội của cá nhân cũng quan trọng như việc nghe được trong các tương tác cải thiện.



Vị giác phần lớn không đổi ở người già cũng như xúc giác, khả năng nhận cảm đau và nhiệt độ (Whitbourne, 1999). Tuy nhiên, sau tuổi 70 ở nhiều người có sự giảm sút về khứu giác đáng kể (Murphy, 1986), và sự giảm sút thấy rõ là đặc điểm của bệnh Alzheimer (Youngjohn & Crook, 1996). Những thay đổi này rất nguy hiểm, chẳng hạn, người rất già thường khó phát hiện được chất thêm vào khí gas tự nhiên để dễ nhận biết gas rò rỉ, có thể dẫn đến tử vong.

Sự thay đổi việc giữ thăng bằng làm cho người già có nhiều khả năng té ngã (Ochs và người khác, 1985). Quả thật, sợ té ngã và bị thương là mối lo ngại thật sự đối với nhiều người già, và ảnh hưởng đến sự sẵn sàng tham gia một số loại hình hoạt động của người già (Lachman và người khác, 1998).

Sự thay đổi nhận cảm mà con người cảm nhận có ngụ ý quan trọng trong sinh hoạt hàng ngày (Whitbourne, 1996). Một số chẳng hạn như khó đọc những gì ở gần và những khó chịu nho nhỏ dễ khắc phục (bằng cách đeo kính lão). Những thay đổi khác nghiêm trọng hơn và không dễ giải quyết. Chẳng hạn, khả năng lái xe bị ảnh hưởng do thay đổi thị lực và thính lực. Vì thay đổi nhận cảm cũng dẫn đến tai nạn quanh nhà, điều quan trọng là phải thiết kế một môi trường

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Sợ té và bệnh loãng xương (xem Chương 12, trang 506) có liên hệ với nhau ra sao?

an toàn hơn tính đến những thay đổi này. Phần Bạn có thể ngạc nhiên tóm tắt một số can thiệp này.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: PHÒNG TRÁNH TAI NẠN Ở NGƯỜI GIÀ



Bị thương do tai nạn trở nên thường xuyên hơn và nghiêm trọng hơn khi về già. Những thay đổi trong khả năng xử lý thông tin và cơ thể góp phần làm tăng tần số tai nạn. Chẳng hạn, không còn nhận rõ nguy hiểm do mắt mờ, lãng tai. Sự kết hợp của bệnh viêm khớp và giảm sút làm cho người già đứng không vững. Uống thuốc trị nhiều bệnh mãn tính làm cho dễ buồn ngủ hoặc khả năng đãng trí. Tránh những vấn đề này như thế nào?

Nhiều tai nạn có thể phòng tránh bằng cách duy trì sức khỏe thông qua phòng tránh và biến đổi có điều kiện. Nhưng việc tạo ra một số thay đổi môi trường tương đối đơn giản cũng có tác dụng. Chẳng hạn, té ngã là nguyên nhân phổ biến nhất dẫn đến chấn thương nghiêm trọng do tai nạn và tử vong ở người già. Sau đây là một số bước giúp giảm bớt khả năng bị té ngã:

- Cầu thang phải có đèn, trên và dưới cầu thang phải có công tắc mở đèn.
- Tránh lót nền bằng gạch bóng kính, dễ làm chói mắt, dễ té khi có nước.
- Để đèn ngủ hoặc công tắc đèn điều khiển từ xa cạnh giường ngủ.
- Hai bên cầu thang phải có tay vịn chắc chắn.
- Dùng đinh gắn chặt thảm vào cầu thang hoặc mặt cầu thang bằng vật liệu chống trượt.
- Thay thảm thường làm trơn trượt trên sàn.
- Sắp xếp tủ bàn ghế và các đồ vật khác sao cho đừng vướng víu.
- Trong vách nhà tắm gắn tay vịn, lót thảm chống trượt, hoặc dây vải trong chậu tắm để níu.
- Các bậc thang ngoài nhà và lối đi sửa chữa ngay tránh bị vấp.

VẤN ĐỀ SỨC KHỎE

Trong Chương 12, chúng ta khảo sát các yếu tố cách sống có thể làm giảm nguy cơ mắc bệnh mãn tính ra sao. Ý nghĩa quan trọng của sự tăng cường sức khỏe không giảm khi con người càng lớn tuổi. Như chúng ta sẽ thấy, yếu tố cách sống cũng ảnh hưởng đến giấc ngủ, chế độ dinh dưỡng và bệnh ung thư.

Giấc ngủ

Người già có nhiều rối loạn ngủ hơn những người đầu tuổi trưởng thành (Bootzin và người khác, 1996). So với những người đầu tuổi trưởng thành, người già báo cáo khó ngủ hơn gấp hai lần, bình thường họ ít ngủ hơn, và cảm thấy có nhiều ảnh hưởng tiêu cực hơn sau một đêm ngủ ít. Một số rối loạn này là do rối loạn cơ thể, tác dụng phụ của thuốc, và tác dụng của caffeine, nicotine, và căng thẳng (Bootzin và người khác, 1996). *Rối loạn giấc ngủ có thể phá vỡ* nhịp ngày đêm *của một người, hay còn gọi là chu kỳ thức – ngủ*. Sự phá vỡ nhịp ngày đêm có thể gây ra những rối loạn chú ý và trí nhớ. Nghiên cứu chứng minh rằng những can thiệp chẳng hạn như sự tiếp xúc với ánh sáng nhẹ có định thời gian cũng có tác dụng trong việc điều chỉnh rối loạn giấc ngủ nhịp ngày đêm (Terman, 1994).

Chế độ dinh dưỡng

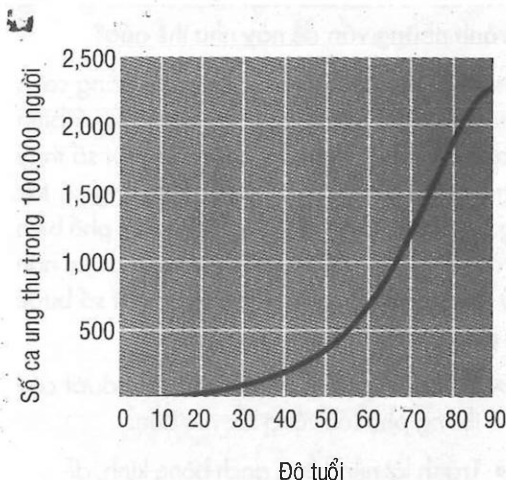
Trong điều kiện bình thường, người già không cần uống thêm vitamin hay khoáng chất bổ sung miễn là họ ăn uống cân đối (Bortz & Bortz, 1996). Cho dù sự chuyển hóa của cơ thể giảm sút theo độ tuổi, nhưng người già cần tiêu thụ cùng lượng protein và chất xơ như những người đầu tuổi trưởng thành, vì những thay đổi trong cách cơ thể trích lấy dưỡng chất từ những chất này. Vì người già thường có sức khỏe kém, nên số cư dân trong nhà

dưỡng lão dễ bị mất cân và có nhiều thiếu hụt trong chế độ dinh dưỡng khác nhau, chẳng hạn như vitamin B_{12} và axit folic, nếu không được giám sát tốt (Wallace & Schwartz, 1994).

Bệnh ung thư

Một trong những tăng cường sức khỏe quan trọng nhất mà con người có thể chọn là khám kiểm tra bệnh ung thư. Trong nhiều trường hợp, quá trình khám kiểm tra bao gồm nhiều xét nghiệm được tiến hành trong phòng khám của bác sĩ như khám kiểm tra ung thư ruột kết), ở nhà (tự khám vú), xét nghiệm máu (khám kiểm tra ung thư tiền liệt tuyến), hoặc X quang (như chụp hình vú).

Tại sao khám kiểm tra ung thư lại quan trọng như thế? Như bạn thấy trong biểu đồ (bên phải), nguy cơ mắc bệnh ung thư tăng đáng kể cùng với độ tuổi (Frazer và người khác, 1996). Tại sao điều này diễn ra vẫn chưa rõ. Cách sống không có lợi cho sức khỏe (hút thuốc và chế độ ăn uống không thích hợp), di truyền và sự tiếp xúc với các hóa chất gây ung thư chắc chắn là yếu tố quan trọng, nhưng chúng vẫn chưa giải thích được sự gia tăng nguy cơ liên quan đến độ tuổi (Frazer và người khác, 1996). Sự phát hiện ung thư sớm ở người già là điều cần thiết để tối đa hóa tỷ lệ sống (Segal, 1996). Tuy nhiên, một số bác sĩ vẫn còn do dự khi sử dụng cách khám kiểm tra và các biện pháp dự phòng ở người già (List, 1988), có lẽ do suy nghĩ lầm lẫn cho rằng bệnh nhân lớn tuổi có tỷ lệ sống thấp hơn. Về phần mình, người già cũng ngần ngại khi yêu cầu được xét nghiệm cần thiết, vì họ thường không đặt vấn đề trong đánh giá của bác sĩ (List, 1988). Cần phải chú ý nhiều hơn đối với các chương trình khám kiểm tra như thế ở người già.



TỰ KIỂM TRA

1. Thuyết lão hóa Sinh học bao gồm những yếu tố cơ bản và ______.
2. Tế bào thần kinh bị thương tổn và chết tập hợp quanh lõi protein sản xuất ______.
3. Nguy cơ mắc bệnh ung thư ______ đáng kể cùng với độ tuổi.
4. Trong phần này chúng ta tập trung vào các tác động Sinh học trong sự phát triển. Hãy suy nghĩ về những yếu tố khác (tâm lý, xã hội và chu kỳ đời sống), và liệt kê một số lý do giải thích tại sao các nhà khoa học vẫn chưa đưa ra một thuyết Sinh học thuần túy giải thích cho mọi khía cạnh lão hóa.

Trả lời: (1) thuyết Tế bào, (2) tấm thần kinh, (3) gia tăng

QUÁ TRÌNH NHẬN THỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Những thay đổi nào diễn ra trong sự chú ý và thời gian phản ứng khi con người lớn tuổi? Những thay đổi này liên quan đến đời sống hằng ngày ra sao?**
- **Những thay đổi nào diễn ra trong trí nhớ cùng với độ tuổi? Phải làm gì để dàn xếp những thay đổi này?**
- **Hiểu biết là gì, có liên quan đến độ tuổi ra sao?**

*R***OCIO** *là một góa phụ 75 tuổi cảm thấy rằng mình không nhớ các sự kiện gần đây, chẳng hạn như không biết có uống thuốc chưa, và cũng không gặp rắc rối gì về trí nhớ từ năm 20 tuổi đến nay. Rocio tự hỏi điều này có bình thường hay không hoặc liệu mình có nên lo hay không?*

Rocio, giống như nhiều người già khác, uống thuốc vì bệnh viêm khớp, dị ứng và cao huyết áp. Tuy nhiên, mỗi loại thuốc phải uống theo cách khác nhau, một số loại uống trong bữa ăn, một số uống cách nhau 8 tiếng, một số uống mỗi ngày hai lần. Phải uống đúng như thế để tránh được sự tương tác nguy hiểm và tác dụng phụ, vì thế người già bị rối loạn trí nhớ rất khó uống thuốc đúng giờ.

Những tình huống như thế đặt ra yêu cầu khó khăn đối với nhận thức, chẳng hạn như chú ý và trí nhớ. Trong tiết này, chúng ta khảo sát những thay đổi liên quan đến độ tuổi trong những quá trình này và trong các quá trình nhận thức khác chẳng hạn như thời gian phản ứng, trí năng và hiểu biết.

XỬ LÝ THÔNG TIN

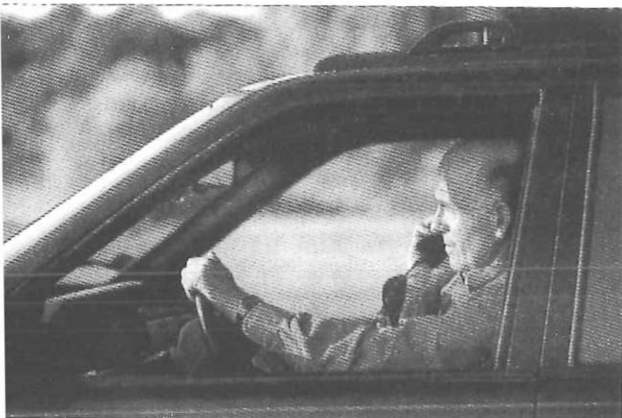
Trong Chương 1, chúng ta hiểu rằng một khuôn khổ lý thuyết trong nghiên cứu nhận thức là thuyết xử lý thông tin. Khuôn khổ này đưa ra cách nhận dạng và nghiên cứu cơ chế cơ bản qua đó con người tiếp nhận, lưu trữ và ghi nhớ thông tin. Chúng ta đã biết trong các Chương 4 và 6 rằng thuyết Xử lý thông tin đã hướng dẫn phần lớn nghiên cứu về nhận thức ở thời thơ ấu và tuổi vị thành niên. Tiếp cận này cũng rất quan trọng đối với các nhà điều tra đang tìm hiểu những khác biệt liên quan đến độ tuổi trong các quá trình cơ bản chẳng hạn như chú ý và thời gian phản ứng (Stine-Morrow & Soederberg Miller, 1999).

Chú ý

Hãy tưởng tượng bạn đang ngồi trước một thiết bị máy tính đầu cuối. Người ta yêu cầu bạn mỗi lần thấy chữ X đỏ, đích, là bạn phải bấm một phím thật nhanh, càng nhanh càng tốt. Để làm cho sự việc thêm phần khó khăn, bạn cũng nhìn thấy các chữ và màu khác (cữ X màu xanh lục, O màu xanh lục, O màu đỏ), nhưng bạn phải phớt lờ. Bạn cũng không biết đích sẽ xuất hiện ở đâu trên màn hình, vì thế bạn phải tìm kiếm. *Công việc này nhằm mục đích đánh giá* khả năng chọn lọc *chú ý của cá nhân, hoặc khả năng chọn ra thuyết quan trọng từ thông tin không liên quan trong môi trường.* Người già trên 60 chậm hơn người lớn dưới 25 trong việc tìm đích trong các dải thị giác như

màn hình máy tính, nhất là khi dải này phức tạp (chẳng hạn khi không phải đích giống hệt như đích). Tuy nhiên, nếu một tín hiệu đã cho biểu thị đích sẽ xuất hiện ở đâu trên màn hình thì không còn sự khác biệt độ tuổi này nữa (Plude & Doussard-Roosevelt, 1989). Vì thế, người già gặp khó khăn khi định vị đích nhưng một khi đã phát hiện thì người già có thể nhận dạng đích giống như người trưởng thành nhỏ tuổi hơn.

Cách thứ hai nghiên cứu sự chú ý là một cách quen thuộc. Có lẽ bạn đã đối mặt với nhiều tình huống trong đó cùng lúc bạn phải làm hai việc: viết ghi chú trong khi nghe giảng bài, nói chuyện điện thoại trong lúc đang lái xe, giống như người đàn ông trong ảnh, hoặc nghe đĩa CD trong khi đang đọc sách. *Những tình huống này đòi hỏi* phân chia chú ý, *hoặc thực hiện cùng lúc nhiều công việc.* Miễn là hai công việc cạnh tranh tương đối dễ, thì người trưởng thành lớn tuổi hơn và nhỏ tuổi hơn đều có khả năng thực hiện cả hai tốt như nhau. Tuy nhiên, khi công việc có độ khó tăng dần thì người trưởng thành lớn tuổi hơn ít có khả năng thực hiện cả hai công việc tốt như nhau, người trưởng thành nhỏ tuổi hơn thường thực hiện tốt hơn (Stine-Morrow & Soederberg Miller, 1999). Chẳng hạn, sự khác biệt độ tuổi không chắc diễn ra nếu công việc là xếp đồ giặt và chuyện trò với một người



bạn, khi cả hai công việc được làm thường xuyên. Tuy nhiên, sự khác biệt độ tuổi có nhiều khả năng xảy ra nếu công việc là nghe tin tức trong khi đang dọn dẹp bàn ghế khi những công việc này không được làm thường xuyên.

Nghiên cứu sự chú ý cho thấy người lớn lớn tuổi hơn chậm hơn người lớn nhỏ tuổi hơn trong việc phát hiện đích, họ đặc biệt thất thế khi các công việc phức tạp hơn. Tuy nhiên, việc cung cấp tín hiệu hoặc các loại hỗ trợ khác giúp đỡ người già rất nhiều.

Tốc độ tâm thần vận động

Từ nhà một người bạn, bạn lái xe về nhà thì đột nhiên có một chiếc xe nằm chắn ngang ngay lối rẽ vào nhà bạn. Bạn phải đạp thắng càng nhanh càng tốt nếu không tai nạn sẽ xảy ra. Bạn đưa chân từ chân ga sang chân thắng nhanh đến mức nào?

Tình huống đời thực này là một minh họa của tốc độ tâm thần vận động, *tốc độ mà một người có thể ra phản ứng cụ thể.* Tốc độ tâm thần vận động (còn gọi là thời gian phản ứng) là một trong những hiện tượng được nghiên cứu nhiều nhất về lão hóa, và hàng trăm nghiên cứu đều cùng một kết luận: Con người chậm chạm hơn khi càng lớn tuổi. Thực ra, chứng cứ chậm cùng độ tuổi được dẫn chứng bằng tư liệu hợp lý đến mức nhiều nhà nghiên cứu cho rằng đây là sự thay đổi hành vi phổ biến duy nhất trong lão hóa chưa được khám phá (Kail & Salthouse, 1994). Như trong chuyện tranh (trang 567), thậm chí Garfield cũng bị ảnh hưởng. Tuy nhiên, dữ liệu cho thấy mức độ chậm dần trong quá trình nhận thức từ đầu tuổi tuổi trưởng thành cho đến về già thay đổi khác nhau tùy theo công việc (Stine-Morrow & Soederberg Miller, 1999).

Lý do quan trọng nhất giải thích thời gian phản ứng chậm lại là người già phải mất nhiều thời gian hơn để ra quyết định



phản ứng. Nhất là khi tình huống có nhiều thông tin mơ hồ (Stelmach, Goggin, & Garcia-Colera, 1988). Thậm chí khi thông tin được trình bày biểu thị rằng dứt khoát phải cần một phản ứng thì cũng có sự chậm chạp trong phản ứng theo thứ tự cùng với độ tuổi. Khi tính không chắc chắn liệu có cần phản ứng hay không tăng cao thì người già thường chậm hơn đáng kể, sự khác biệt giữa người già và người lớn tuổi trung niên gia tăng khi mức độ không chắc chắn gia tăng.

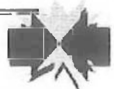
Mặc dù phản ứng chậm đi là điều chắc chắn, nhưng lượng giảm sút có thể giảm bớt nếu người già được tập luyện cách ra phản ứng nhanh hoặc nếu người già có kinh nghiệm trong công việc. Trong một nghiên cứu kinh điển, Salthouse (1984) chứng minh rằng mặc dù thời gian phản ứng của thư ký lớn tuổi hơn (được đánh giá bằng tốc độ gõ ngón tay) chậm hơn thời gian phản ứng của thư ký nhỏ tuổi hơn, song tốc độ đánh máy vi tính của họ không chậm hơn tốc độ đánh máy vi tính của thư ký nhỏ tuổi hơn. Tại sao? Tốc độ đánh máy được tính trên cơ sở số từ được đánh đúng không có lỗi vì thư ký đánh máy lớn tuổi hơn chính xác hơn, nên tốc độ sau cùng của họ cũng giỏi như tốc độ sau cùng của thư ký nhỏ tuổi hơn, trong công việc thường phạm nhiều lỗi hơn. Thư ký lớn tuổi hơn cũng giỏi hơn trong việc đoán được kế tiếp sẽ đánh chữ nào (Kail & Salthouse, 1994).

Vì sự chậm lại trong tâm thần vận động là một hiện tượng phổ biến, nên nhiều nhà nghiên cứu lập luận rằng có thể giải thích nhiều sự khác biệt độ tuổi trong nhận thức (như Salthouse, 1996). Quả thật, sự chậm lại trong tâm thần vận động là một dấu hiệu dự đoán rất tốt đối với hoạt động nhận thức. Dự đoán tốt nhất khi công việc đòi hỏi ít cố gắng (Park và người khác, 1996). Khi công việc đòi hỏi nhiều cố gắng hơn và khó hơn thì trí nhớ hoạt động (chúng ta tìm hiểu sau) là dấu hiệu dự đoán hoạt động tốt hơn (Park và người khác, 1996). Sự chậm lại trong tâm thần vận động cùng với độ tuổi đã gây ra tranh cãi đáng kể liệu có cho phép người già lái xe hay không. Như phần thảo luận Tranh luận hiện nay, hiểu biết về sự thay đổi nhận cảm và nhận thức đã dẫn đến kết quả nghiên cứu vấn đề này và sự phát triển các trắc nghiệm sàng lọc.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một số hậu quả thực tế của sự chậm chạp tâm thần vận động là gì?

TRANH LUẬN HIỆN NAY: XỬ LÝ THÔNG TIN TRONG ĐỜI SỐNG THƯỜNG NHẬT: LÁI XE LỚN TUỔI



Một số mẩu thông tin chúng ta nghiên cứu bao quanh vấn đề gây nhiều tranh cãi: liệu có nên kiểm tra thật kỹ người lái xe lớn tuổi trước khi cấp bằng lái mới hay không. Đây là một chủ đề nhạy cảm. Đối với nhiều người, ôtô là phương tiện đi lại đáng tin cậy duy nhất, và là phương tiện độc lập. Tuy

nhiên, những thay đổi liên quan đến độ tuổi trong thị lực, thính lực chú ý và thời gian phản ứng thực sự ảnh hưởng đến khả năng của con người trong tư cách lái xe. Ngoài ra, số lượng người già ngày càng tăng nhanh.

Các chuyên gia đồng ý rằng quyết định về việc có cho phép lái xe "có nguy cơ" tiếp tục lái hay không phải dựa trên đánh giá hoạt động hơn là dựa vào độ tuổi hoặc chẩn đoán y học (nhóm Borlange Consensus, 1997). Từ giữa thập niên 1980, các nhà nghiên cứu như Karlene Ball và nhiều người khác nghiên cứu về phát triển những biện pháp đánh giá này. Kết quả là biện pháp đánh giá tầm nhìn hữu dụng (UFOV) ra đời, đây là vùng người ta có thể thu thập thông tin thị giác chỉ bằng một cái nhìn thoáng qua không phải xoay đầu hoặc đảo mắt (Ball & Owsley, 1993). Trắc nghiệm UFOV tái tạo việc lái xe ở chỗ đòi hỏi xử lý thông tin nhanh, cùng lúc giám sát kích thích trung tâm và ngoại vi, rút ra kích thích đích liên quan từ thông tin nền không liên quan trong khi thực hiện một công việc. Sự giảm sút trong UFOV trực tiếp liên quan đến tỉ lệ tai nạn ôtô (Ball và người khác, 1993). Quả thật, trong một nghiên cứu 364 vụ đụng xe ở người già, 220 vụ xảy ra ở các giao lộ, nguyên nhân là do không chú ý (chẳng hạn không nhìn thấy xe đang chạy đến), giống hệt như dự đoán giảm sút trong UFOV (Ball và người khác, 1993). Điều quan trọng, hoạt động lái xe cải thiện sau khi tập luyện cách mở rộng tầm nhìn hữu dụng của lái xe, chẳng hạn, người ta giảm bớt số lượng thao tác nguy hiểm trong khi lái xe (Ball, 1997).

Có nên tiến hành kiểm tra bắt buộc đối với lái xe lớn tuổi hay không? Dữ liệu rõ ràng cho thấy câu trả lời là "có". Tuy nhiên, nên chọn hình thức kiểm tra gì sẽ là tranh luận trong vài thập niên tới.

➡ *Trí nhớ hoạt động*

Một buổi tối trong khi đang xem truyền hình, đột nhiên bạn nhớ rằng ngày sinh nhật của người yêu còn khoảng một tuần nữa. Bạn quyết định phải có bữa cơm chiều thật lãng mạn, dễ thương, do đó bạn mở niên giám, tìm số điện thoại của một nhà hàng đặc biệt, bước đến gần điện thoại để gọi cho nhà hàng. *Việc nhớ một con số dài để bấm đòi hỏi phải có* trí nhớ hoạt động, *quá trình và cấu trúc tham gia lưu giữ thông tin trong đầu và cùng lúc sử dụng thông tin ấy.*

Trí nhớ hoạt động có một dung lượng tương đối nhỏ (Craik & Jennings, 1992). Vì trí nhớ hoạt động xử lý thông tin đang được sử dụng trong một thời điểm nên trí nhớ này giống như một loại giấy nháp hoặc tấm bảng. Nếu chúng ta không có một số hoạt động để lưu giữ thông tin (bằng cách ôn lại), hoặc chuyển thông tin này vào bộ nhớ dài hạn thì giấy nháp chúng ta đang sử dụng nhanh chóng bị bít kín, để xử lý nhiều thông tin hơn, phải loại bỏ một số thông tin cũ.

Trí nhớ hoạt động giảm sút theo độ tuổi (Smith, 1996). Như đã nêu, trí nhớ hoạt động ngày càng được viện dẫn để giải thích những sự khác biệt liên quan đến độ tuổi trong hoạt động nhận thức trong các công việc khó, đòi hỏi cố gắng đáng kể cũng như cần nhiều tài nguyên (Park và người khác, 1996). Kết hợp lại với nhau, trí nhớ hoạt động và tốc độ tâm thần vận động cung cấp một tập hợp cấu trúc có thể giải thích thuyết phục trong việc dự đoán hoạt động nhận thức (Earles và người khác, 1997; Park và người khác, 1996; Salthouse, 1996).

TRÍ NHỚ

"Trí nhớ là sức mạnh" (Johnson-Laird, 1988, trang 41). Quả thực như thế khi bạn nghĩ đến tầm quan trọng của việc nhớ các công việc, khuôn mặt, danh sách, hướng dẫn, quá khứ cá nhân và nhận dạng. Có lẽ đây là lý do tại sao người ta nhấn mạnh việc duy trì một trí nhớ tốt khi về già, như Dagwood trong truyện tranh, nhiều người già sử dụng nó để đánh giá liệu tâm trí mình còn tỉnh táo hay không. Như phần mô tả trong



BLONDIE, ©1993. In lại với sự cho phép của King Features Syndicate.

truyện tranh, trí nhớ kém thường được xem là một bộ phận lão hóa không thể tránh khỏi. Nhiều người như Rocio, phụ nữ trong phần minh họa, cho rằng việc quên một ổ bánh mì mua ở cửa hàng khi mình 25 tuổi không phải là chuyện đáng lo, nhưng quên như thế khi mình 65 tuổi là nguyên nhân đang cảnh báo – dấu hiệu của bệnh Alzheimer hoặc một số loại bệnh khác. Trong tiết này, chúng ta phân loại chuyện tưởng tượng và thực tế trí nhớ thay đổi theo độ tuổi ra sao.

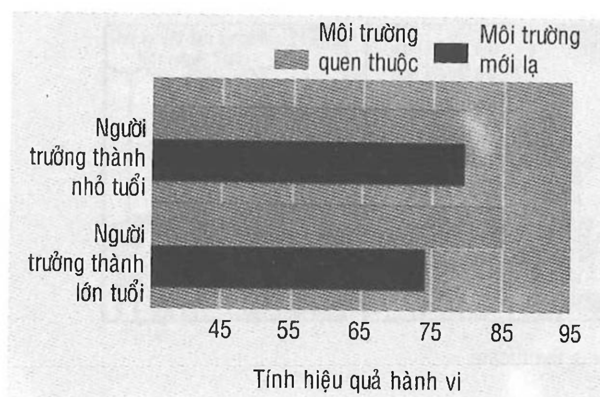
Có những thay đổi gì?

Để tìm hiểu sự khác biệt trí nhớ giữa các độ tuổi, chúng ta cần phân biệt giữa các loại trắc nghiệm trí nhớ khác nhau, các bối cảnh khác nhau trong trắc nghiệm trí nhớ, và các loại trí nhớ khác nhau. Hai cách chính dùng để trắc nghiệm trí nhớ. *Trong một trắc nghiệm* nhớ lại tự do, *người ta được yêu cầu kể lại mọi thứ mà mình có thể nhớ về nội dung vừa học. Trong trắc nghiệm* nhận biết, *người ta được yêu cầu chọn các hạng mục đúng trong một danh sách gồm các chọn lựa đúng và sai.*

Mẫu kết quả là người trưởng thành lớn tuổi hơn nhớ tệ hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn trong các trắc nghiệm nhớ lại tự do, nhưng sự khác biệt độ tuổi không đáng kể trong các trắc nghiệm nhận biết. Vì người trưởng thành lớn tuổi hơn có cách quãng nhớ ngắn hơn, về cơ bản họ nhớ lại ít hạng mục trong danh sách và các đoạn bài khóa (Verhaeghen, Marcoen & Goosens, 1993). Những khác biệt độ tuổi này rất lớn, chẳng hạn, hơn 80% trong mẫu người trưởng thành tuổi 20 nhớ tốt hơn người trưởng thành tuổi 70. Những khác biệt này không giảm bằng sự trình bày chậm hơn, ra gợi ý hoặc nhắc trong khi nhớ lại, hoặc đưa ra các chiến lược cụ thể (như hình ảnh tưởng tượng) trong khi nghiên cứu.

Sự khác biệt quan trọng thứ hai là trắc nghiệm trí nhớ diễn ra ở đâu. Nói chung, chúng ta biết hầu hết về cách trắc nghiệm trí nhớ trong bối cảnh phòng thí nghiệm, sự khác biệt độ tuổi thường gặp ở đây, nhất là trong các trắc nghiệm nhớ lại tự do. Tuy nhiên, sự khác biệt độ tuổi đôi khi không tìm thấy khi trắc nghiệm trí nhớ ngoài đời thường. Một trong những minh họa điển hình của vấn đề này được tìm thấy trong nghiên cứu của Kirasic và Allen (1985), khảo sát khả năng phát hiện các món hàng trong cửa hàng gia vị quen và lạ ở người trưởng thành nhỏ tuổi hơn và người trưởng thành lớn tuổi hơn. Như bạn thấy trong biểu đồ trang 570, người trưởng thành lớn tuổi hơn thực sự nhớ tốt hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn trong các cửa hàng quen trong khi ở các cửa hàng lạ thì nhớ kém hơn. Thật thú vị, khả năng tìm đường đi trong một môi trường được dự đoán qua các quá trình nhận thức cơ bản độc lập với địa điểm trắc nghiệm (Allen và người khác, 1996).

Khác biệt thứ ba liên quan đến các loại trí nhớ khác nhau. Sự khác biệt độ

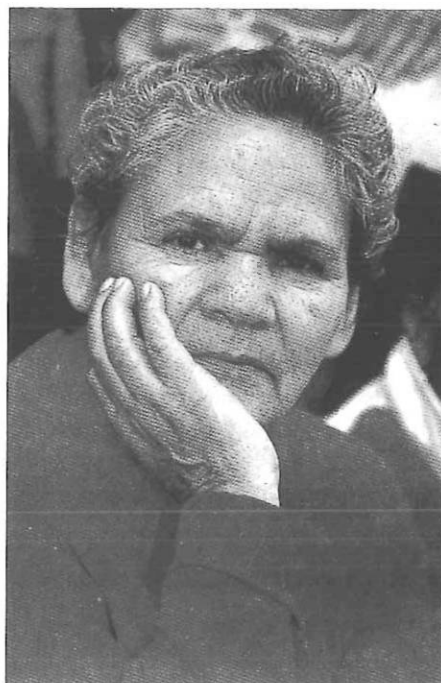


tuổi lớn nhất khi trắc nghiệm trí nhớ thứ cấp (Kausler, 1994). Trí nhớ thứ cấp *ám chỉ khả năng nhớ lượng thông tin tương đối lớn trong một vài giây đến một vài phút.* Việc nhớ mua bánh mì ở cửa hàng, bạn vừa nhìn thấy các khía cạnh quan trọng trong một bộ phim, hoặc sáng nay bạn ăn điểm tâm món gì là những minh họa. Sự giảm sút trong trí nhớ thứ cấp mang tính qui phạm (Kausler, 1994). Một loại trí nhớ khác, gọi là trí nhớ bậc ba, thể hiện một mẫu khác. Trí nhớ bậc ba *ám chỉ khả năng nhớ thông tin trong một thời gian rất lâu từ một vài tiếng đến nhiều năm.* Thông tin này có thể là các sự kiện cá nhân từ thời thanh niên và định nghĩa từ chẳng hạn. Trí nhớ bậc ba thường không giảm sút cùng độ tuổi (Kausler, 1994).

Tác động của suy nghĩ về lão hóa trí nhớ

Bất kể kết quả thu được từ nghiên cứu, có một suy nghĩ phổ biến cho rằng trí nhớ chắc chắn giảm sút. Kết quả này rất quan trọng vì nghiên cứu chứng minh rằng những gì mà người lớn như người phụ nữ trong ảnh bên phải thường nghĩ về khả năng nhớ của mình có liên quan đến việc hoạt động tốt đến mức nào (Cavanaugh, 1996). Quan hệ này được nhìn thấy trong sự cố gắng nhớ của con người, cách con người dự đoán mình sẽ thực hiện tốt đến mức nào và nên sử dụng chiến lược gì. Chẳng hạn, những người cho rằng trí nhớ là tốt thường làm việc khó nhọc hơn những người cho rằng trí nhớ của mình kém. Ngoài ra, những suy nghĩ này cũng liên quan đến các giả định của con người về mức độ "được cho là" thay đổi của trí nhớ (Cavanaugh, Feldman, & Hertzog, 1998). Chẳng hạn, nếu bạn nghĩ trí nhớ được cho là sẽ tệ hơn nhiều khi mình lớn tuổi hơn thì sự ước đoán trí nhớ của bạn giảm sút nhiều bao nhiêu sẽ nhiều hơn ước đoán một người nghĩ rằng trí nhớ chỉ giảm sút một ít theo độ tuổi.

Nói chung, nghiên cứu suy nghĩ về trí nhớ chứng minh rằng mặc dù một số thay đổi trong trí nhớ là chuyện bình thường thì người ta về cơ bản cũng nghĩ rằng những thay đổi này tệ hơn nhiều và lan tỏa rộng hơn bản chất thực sự (Cavanaugh và người khác, 1998). Thậm chí việc thay đổi suy nghĩ của bạn về lão hóa trí nhớ giúp bạn phát triển các chiến lược bù trừ làm giảm biên độ của những thay đổi



này, hoặc ít ra cũng giúp bù trừ cho những thay đổi ấy (Cavanaugh, 1996).

Vẫn còn suy nghĩ xem trí nhớ chịu ảnh hưởng của những thay đổi trong xử lý thông tin cơ bản, chẳng hạn như trí nhớ hoạt động (Hultsch, 1998). Mặc dù suy nghĩ là điều quan trọng nhưng cũng phải thực tế đối với thay đổi qui phạm.

Khi nào trí nhớ thay đổi bất thường?

Vì người ta lo ngại rằng giảm sút trí nhớ là do bệnh, nên việc nhận dạng trường hợp bệnh có triệu chứng giảm sút trí nhớ là điều vô cùng quan trọng. Việc phân biệt những thay đổi trí nhớ bình thường và bất thường thường được thực hiện với một dải rộng trắc nghiệm theo nhiều mẫu phát triển khác nhau được đề cập phần đầu. Trắc nghiệm như thế tập trung vào việc đánh giá hoạt động và nhận dạng những giảm sút trong các khía cạnh của trí nhớ thường không thay đổi chẳng hạn như trí nhớ bậc ba (Edelstein & Kalish, 1999).

Thậm chí khi đã nhận dạng sự giảm sút trong một khía cạnh trí nhớ là nguyên nhân đáng lo ngại thì tiếp theo sau không hẳn là một rối loạn nghiêm trọng. Bước đầu tiên là phải phát hiện liệu rối loạn trí nhớ có gây trở ngại cho chức năng hoạt động hàng ngày hay không. Khi rối loạn trí nhớ cản trở chức năng này chẳng hạn như không nhớ được đường về nhà hoặc tên vợ chồng, thì điều thích hợp là phải nghĩ đến một lý do nghiêm trọng, bất thường.

Một khi đã nghi mình bị rối loạn nghiêm trọng, bước kế tiếp là phải khám sức khỏe toàn diện (Edelstein & Kalish, 1999), bao gồm khám toàn bộ cơ thể và thần kinh và tham gia trắc nghiệm thần kinh tâm lý. Những biện pháp này giúp nhận dạng tính chất và mức độ của các rối loạn nền tảng và cung cấp thông tin về các bước tiếp theo, nếu cần, để làm giảm rối loạn.

Điều quan trọng nhất nên nhớ là không có số lần huyền diệu nào mà một người phải quên đi một điều gì đó trước khi trở thành vấn đề đáng lo ngại. Thật ra, nhiều bệnh giảm sút trí nhớ phát triển chậm và hoạt động trí nhớ kém chỉ được nhận thấy dần dần qua một quãng thời gian kéo dài. Cách tốt nhất là phải kiểm tra, chỉ bằng cách trắc nghiệm toàn diện, Mới kiểm tra được những lo ngại này một cách thích đáng.

Dàn xếp các rối loạn trí nhớ

Hãy nhớ lại Rocio, người trong phần minh họa phải nhớ khi nào uống các loại thuốc khác nhau? Khi đối mặt với sự giảm sút liên quan đến độ tuổi, rối loạn của bà được giải quyết ra sao?

Các chương trình hỗ trợ dành cho con người để giúp họ nhớ. Đôi khi, những người như Rocio cảm nhận được những thay đổi trí nhớ liên quan đến độ tuổi bình thường, cần được giúp đỡ thêm, vì họ đối mặt với nhu cầu cần phải nhớ nhiều. Vào những thời điểm khác, con người cần được giúp đỡ vì những thay đổi trí nhớ họ cảm nhận nhiều hơn bình thường.

Camp cùng đồng nghiệp (1993) phát triển khuôn khổ E-I-E-I-O để xử lý cả hai tình huống. Khuôn khổ E-I-E-I-O kết hợp hai loại trí nhớ: hiện và ẩn. Trí nhớ hiện *bao gồm sự nhớ lại thông tin có ý thức và có chủ ý, nhớ lại định nghĩa này trong một kỳ thi là một ví dụ*. Trí nhớ ẩn *bao gồm việc nhớ lại thông tin cần ít nỗ lực và không chủ ý, biết rằng các bảng hiệu dừng lại là hình bát giác màu đỏ*

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Suy nghĩ của con người về trí nhớ là một yếu tố quan trọng trong các chương trình tập nhớ như thế nào?

Loại trí nhớ	Loại hỗ trợ nhớ	
	Bên ngoài	**Bên trong**
Hiện	Sổ phân công Hình ảnh tưởng tượng	Danh sách hàng tạp hóa Nhớ vẹt
Ẩn	Bản đồ được mã hóa màu Truy cập cách khoảng	Giấy nhám Biến đổi có điều kiện

thường không phải là vấn đề mà con người phải ra sức nhớ lại khi nhìn thấy bảng hiệu như thế ngoài phố. Khuôn khổ cũng bao gồm hai loại hỗ trợ nhớ. Hỗ trợ bên ngoài *là hỗ trợ nhớ dựa vào điều kiện môi trường chẳng hạn như vở hoặc lịch.* Hỗ trợ bên trong *là hỗ trợ nhớ dựa vào quá trình suy nghĩ chẳng hạn hình ảnh tưởng tượng.* Tiếng reo à há khi đột nhiên nhớ ra một điều gì đó (như trong, "à, mình nhớ rồi!") là chữ O phải đi theo sau những chữ E và I. Như bạn thấy trong bảng (bên trên), khuôn khổ E-I-E-I-O cho phép kết hợp các loại trí nhớ khác nhau với các loại hỗ trợ nhớ khác nhau để đưa ra một dải rộng các tùy chọn can thiệp giúp con người nhớ.

Có lẽ bạn quen thuộc nhiều nhất với các loại hỗ trợ nhớ hiện (bên ngoài) và ẩn (bên trong). Các hỗ trợ ẩn giống như ôn lại giúp người ta nhớ các số điện thoại. Các hỗ trợ hiện dùng khi cần sắp xếp và ghi nhớ thông tin tốt hơn, chẳng hạn như ghi chép trong khi nhờ bác sĩ khám (McGuire & Codding, 1998). Hỗ trợ ẩn tượng trưng cho sự tập quen gần như không gắng sức chẳng hạn như sự kết hợp giữa màu sắc của một cánh cụ thể trong toà cao ốc nơi mình đang sống và thực tế sự cư trú của mình là trong cao ốc ấy. Hỗ trợ hiện chẳng hạn như biểu tượng tượng trưng cho thời gian trong ngày và số viên thuốc giúp cho người già nhớ uống (Morrow và người khác, 1998).

Nói chung, sự can thiệp hiện (bên ngoài) được sử dụng thường xuyên nhất để dàn xếp các loại rối loạn trí nhớ mà người già thường đối mặt, có lẽ vì chúng dễ sử dụng và có sẵn (Cavanaugh, Grady, & Perlmutter, 1983). Chẳng hạn, hầu hết người nào cũng có quyển sổ địa chỉ và các quyển vở nhỏ được bày bán trong hàng trăm cửa hiệu. Những can thiệp hiện (bên ngoài) cũng có những ứng dụng quan trọng. Quên uống thuốc được giải quyết tốt nhất bằng sự can thiệp hiện (bên ngoài) hộp thuốc được chia thành nhiều ngăn tương ứng với số ngày trong tuần và thời gian khác nhau trong ngày. Nghiên cứu chứng minh rằng loại hộp thuốc này dễ mang theo nhất và kết quả sai sót ít nhất (Park và người khác, 1991; Park, Morrell, & Shifren, 1999). Những can thiệp trí nhớ như thế này giúp cho người già không bị lệ thuộc. Nhà dưỡng lão cũng sử dụng những can thiệp hiện (bên ngoài) như bảng thông báo có ghi ngày và dự báo thời tiết, hoặc biểu đồ, hoạt động như trong ảnh (trang 573) để giúp cư dân biết được các sự kiện hiện hành.

Khuôn khổ E-I-E-I-O có thể sử dụng để thiết kế các chiến lược dàn xếp một loại rối loạn trí nhớ bất kỳ kể cả rối loạn do bệnh tật hoặc các mẫu lão hóa bất thường. Sau này, chúng ta sẽ tìm hiểu khuôn khổ E-I-E-I-O đưa ra giải thích về những bệnh nhân Alzheimer có thể được giúp đỡ để cải thiện trí nhớ của mình ra sao. Đồng thời, hãy tìm hiểu mình có thể khám phá có bao nhiêu loại can thiệp trí nhớ khác nhau. Hãy kiểm tra phần Tự tìm hiểu để biết thêm chi tiết.



TỰ TÌM HIỂU: GIÚP NGƯỜI KHÁC NHỚ

Bài khóa liệt kê nhiều cách khác nhau để giúp con người nhớ. Có lẽ bạn chưa hề nghĩ về việc sử dụng bao nhiêu cách hỗ trợ nhớ trong đời sống hằng ngày, như vở, lịch, danh sách, gắn vật gì đó ở cửa, hỏi thăm bạn bè, đọc lại một điều gì đó, v.v...

Bài tập ngoài đời thực này có hai phần. Thứ nhất, sử dụng khuôn khổ E-I-E-I-O, phân tích thông lệ thường ngày của bạn và liệt kê tất cả phương pháp để giúp bạn nhớ. (bạn có thể ngạc nhiên khi bạn làm điều này với rất nhiều phương pháp khác nhau!) Kế đến, cũng làm thế đối với một vài người bạn và người thân. Hãy trò chuyện với nhiều người thuộc nhiều độ tuổi khác nhau. Kết quả của bạn được thể hiện thành bảng biểu rồi so sánh với bạn trong lớp. Loại nào trong bảng chứa đựng các hỗ trợ mà con người sử dụng nhiều nhất? Hãy tự tìm hiểu.

TẬP KHẢ NĂNG TRÍ NĂNG

Trong Chương 12, chúng ta hiểu rằng trí năng đạt đỉnh điểm ở tuổi trung niên, sau đó bắt đầu giảm sút. Những giảm sút này có phải là một phần lão hóa chắc chắn xảy ra hay không, có thể làm chậm lại hoặc thậm chí loại trừ hay không?

Câu hỏi này là cơ sở cho một loạt nghiên cứu quan trọng của Willis trong thập niên 1980 và đầu thập niên 1990 nghiên cứu hoạt động của người già có thể đẩy mạnh nhiều đến mức nào thông qua sự can thiệp và tập luyện trực tiếp (như Baltes & Willis, 1982; Willis & Schaie, 1992). Vì những người tham gia nghiên cứu của bà cũng tham gia Nghiên cứu theo chiều dọc Seattle, được mô tả trong Chương 9 (trang 391 – 393), Willis có dữ liệu theo chiều dọc đối với hoạt động trước đây của từng người. Để tìm hiểu sự tập luyện có tác dụng tốt đến mức nào, người ta nhận dạng hai nhóm người. Một nhóm bao gồm những người có biểu hiện giảm sút đáng kể trong lập luận quy nạp (hình dung khái niệm chung chung từ một danh sách các minh họa cụ thể) hoặc khả năng không gian (có khả năng tạo ra hình ảnh ba chiều từ những trình bày hai chiều) qua khoảng thời gian 14 năm. Nhóm khác bao gồm những người có khả năng hoạt động vẫn giữ nguyên khá ổn định trong cùng khoảng thời gian.

Willis cùng đồng nghiệp đưa ra sự tập luyện cả hai khả năng. Kết quả của họ thật ấn tượng: khoảng 2/3 biểu hiện cải thiện đáng kể trong hoạt động. Khoảng 40% trước đây giảm sút cũng tiến bộ nhiều đến mức sau khi tập luyện xong họ hoạt động tốt giống như 14 năm trước! Những ảnh hưởng từ tập luyện này vẫn duy trì qua thời gian, 7 năm sau lần đầu tập luyện, những người này vẫn còn hoạt động tốt, cũng giống như những người trước đây biểu hiện hoạt động giảm sút.

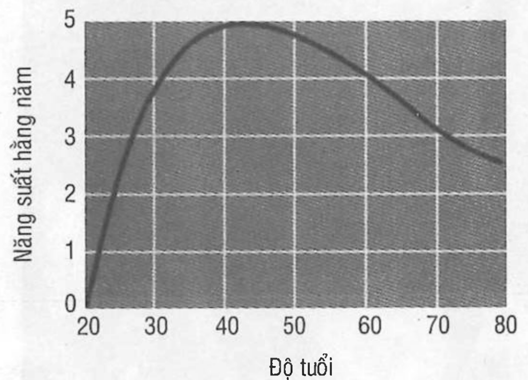
Những kết quả này là chứng cứ cho thấy giảm sút hoạt động trong trắc nghiệm trí năng có thể đảo ngược ít nhất trong một số lĩnh vực. Tuy nhiên, phần lớn nghiên cứu vẫn còn, chúng ta chưa biết liệu những kết quả ấn tượng này có được

tìm thấy ở các khả năng khác hay không. Chứng cứ của Willis đưa ra lý do để hi vọng, đối với một số khả năng ở một số người, rằng sự giảm sút trí năng không phải là điều chắc chắn xảy ra.

TÍNH SÁNG TẠO VÀ HIỂU BIẾT

Tính sáng tạo

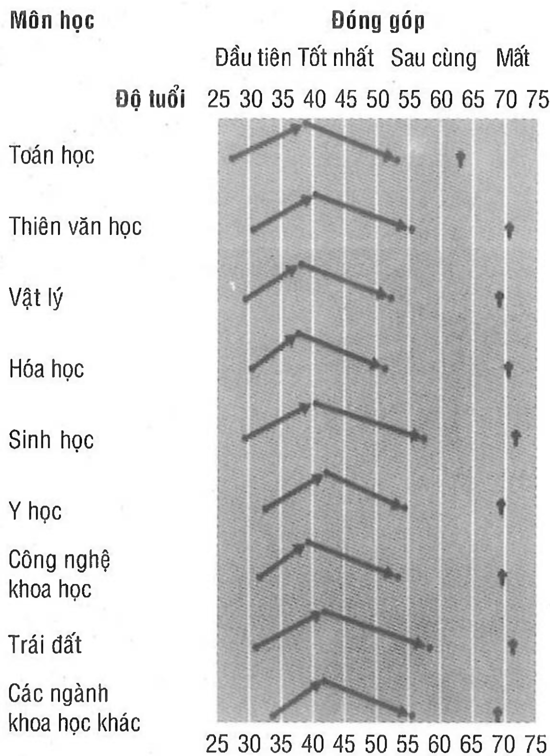
Điều gì làm cho người ta sáng tạo? Đây có phải là sản phẩm đặc biệt hay không? Duke Ellington soạn nhiều bản nhạc, Diego Rivera vẽ hàng trăm tranh và Thomas Edison có 1.093 bằng sáng chế (vẫn là kỷ lục đối với một người). Nhưng Gregor Mendel chỉ có 7 bài báo khoa học, nhưng vẫn là nhân vật quan trọng trong lịch sử Di truyền học. Lão Tử được mọi người nhớ đến vì tác phẩm *Tao Te Ching*. Tính sáng tạo có phải có nghĩ là có một sự nghiệp sớm phát triển và vững bền hay không? Wolfgang Goethe làm thơ khi ở tuổi vị thành niên, ở độ tuổi 20 viết tiểu thuyết bán chạy nhất, ở độ tuổi 30 và 40 soạn kịch mà mọi người đều biết tiếng, Phần I tác phẩm *Faust* ở tuổi 59 và Phần II ở tuổi 83. Nhưng những người khác "phát triển sớm hơn" nhưng sau đó giảm sút, trong khi có người lúc đầu tương đối chưa sáng tác gì cả nhưng là người "phát triển muộn".



Kết quả sáng tạo, theo nghĩa số lượng quan điểm sáng tạo ở một người hoặc phần đóng góp quan trọng, thay đổi khác nhau trong suốt quãng đời trưởng thành và trong các môn học (Simonton, 1997). Khi được khảo sát như một chức năng hoạt động của độ tuổi, số lượng nói chung của các quan điểm sáng tạo ở một người thường tăng trong độ tuổi 20, đến độ tuổi 30 thì chựng lại, sau đó giảm sút như trong biểu đồ bên trên. Tuy nhiên, sự giảm sút không có nghĩa là con người không còn sáng tạo nữa, nhưng có nghĩa là những người sáng tạo vẫn luôn tạo ra các quan điểm sáng tạo, nhưng một vài người sáng tạo ít hơn lúc còn trẻ (Dixon & Hultsch, 1999). Khi được hiểu theo dạng phương trình toán học, đồ thị có thể được sử dụng để dự đoán kết quả sáng tạo của một cá nhân cụ thể (như Duke Ellington) hoặc một nhóm người giống nhau (như các nhà soạn nhạc jazz). Trong cả hai trường hợp, đồ thị mô tả chính xác mức độ kết quả sáng tạo. Vì thế, kết quả sáng tạo đạt đỉnh điểm vào đầu đến giữa tuổi trưởng thành rồi sau đó giảm sút.

Xu hướng sẽ ra sao nếu người ta so sánh các môn học khác nhau, như Toán học, Sinh học và khoa học trái đất? Một cách để tìm hiểu điều này là phải so sánh 3 vấn đề trong một sự nghiệp: độ tuổi có đóng góp quan trọng đầu tiên, đóng góp quan trọng nhất và đóng gốp quan trọng sau cùng nhất (Simonton, 1997). Như bạn thấy trong biểu đồ trang 575, hình dạng chung của biểu đồ trong một số môn khoa học đều giống như biểu đồ thứ nhất, với sự tăng, đỉnh điểm, và giảm sút khi càng lớn tuổi, độ tuổi trung bình mà những người được nghiên cứu mất thể hiện bằng các thập giá nhỏ. Lưu ý rằng độ tuổi cụ thể đối với ba đóng góp tùy theo môn học. Chẳng hạn, các nhà Toán học có độ tuổi trẻ nhất khi đóng góp quan trọng đầu tiên, và khoa học trái đất thường có độ tuổi cao nhất trong đóng góp quan trọng sau cùng.

Kết hợp lại, phân tích của Simonton (1997) đưa ra mô hình thuyết phục nhất



có thể giải thích những khác biệt trong kết quả sáng tạo ở cá nhân trong suốt tuổi trưởng thành. Xu hướng này thật rõ: trong nhiều môn học khác nhau, kết quả sáng tạo thường đạt đỉnh điểm vào cuối đầu tuổi trưởng thành cho đến đầu tuổi trung niên rồi sau đó giảm sút. Mẫu này cũng giúp giải thích tại sao các nhà nghiên cứu thâm niên lại bao gồm nhiều học giả nhỏ tuổi hơn trong công trình của mình. Học giả thâm niên cung cấp bối cảnh chung trong khi các nhà nghiên cứu nhỏ tuổi hơn cung cấp một chuỗi quan điểm sáng tạo liên tục (Dixon & Hultsch, 1999).

Hiểu biết

Trong hàng ngàn năm, các nền văn hóa trên thế giới đã từng ngưỡng mộ những người hiểu biết. Truyện kể về những người hiểu biết thường là người già đã được truyền tụng từ thế hệ này sang thế hệ khác để dạy các bài học về những vấn đề quan trọng của cuộc sống và tình yêu (Chinen, 1989). Thế những chân lý này có đặc điểm gì để làm cho người khác biết mình là hiểu biết?

Từ quan điểm Tâm lý học, hiểu biết được xem là liên quan đến bằng quá trình nhận thức (Kramer, 1990): trí năng thực hành và xã hội, chẳng hạn như khả năng giải quyết vấn đề trong đời thật, khả năng hiểu biết hay hiểu biết sáng suốt ý nghĩa sâu sắc hơn làm nền tảng cho một tình huống nhất định, và nhận biết tính chất tương đối, không chắc chắn và nghịch lý trong các vấn đề của con người, được phản ánh trong suy nghĩ hậu chính thức (xem Chương 9, trang 395 – 398). Người ta đang phát triển một tập hợp nghiên cứu khảo sát những khía cạnh này.

Dựa vào số năm nghiên cứu sử dụng phỏng vấn nói to suy nghĩ có chiều sâu ở người lớn đầu tuổi trưởng thành, tuổi trung niên và người già về các vấn đề bình thường và bất thường mà con người đối mặt, Baltes và Staudinger (1993) mô tả bốn đặc điểm của sự hiểu biết:

- Hiểu biết giải quyết các vấn đề quan trọng và/ hoặc không quan trọng trong cuộc sống và thân phận con người.
- Hiểu biết thật sự là kiến thức, đánh giá và lời khuyên "vượt trội".
- Hiểu biết là kiến thức với phạm vi, chiều sâu và sự cân đối đặc biệt có thể áp dụng vào các tình huống cụ thể.
- Hiểu biết khi được vận dụng có chủ ý tốt và kết hợp trí tuệ và đức hạnh (cá tính).

Các nhà nghiên cứu sử dụng khuôn khổ này để phát hiện ai là người hiểu biết ai là chuyên gia trong các vấn đề cơ bản của cuộc sống (Baltes & Staudinger, 1993). Người hiểu biết biết rất nhiều về cách xử lý trong cuộc sống, cách hiểu các sự kiện trong cuộc sống và cuộc sống có ý nghĩa gì.

Nghiên cứu chứng minh rằng hiểu biết không giống như tính sáng tạo. Hiểu biết và sự phát triển khả năng chuyên môn

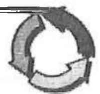
và sự sáng suốt, trong khi tính sáng tạo là sự đưa ra một giải pháp mới đối với vấn đề (Simonton, 1990). Baltes và Staudinger (1993) chứng minh rằng hiểu biết không phải là lĩnh vực của riêng người già. Chẳng hạn, một nghiên cứu yêu cầu con người phản ứng với các vấn đề hoạch định cuộc sống như sau. Một bé gái 15 tuổi muốn lấy chồng ngay lập tức. Cô bé cân nhắc và nên làm gì? Câu trả lời sau đó được phân tích dưới dạng mức độ phản ánh hiểu biết. Trái với những gì mọi người thường nghĩ, không có sự kết hợp giữa độ tuổi và câu trả lời khôn ngoan, bất kỳ người nào trong ảnh chụp cũng có thể biểu hiện hiểu biết. Một người có hiểu biết hay không tùy thuộc vào kinh nghiệm cuộc sống mở rộng của người ấy với loại vấn đề nhất định (Smith & Baltes, 1990).

Nghiên cứu dựa trên những thay đổi phát triển nhận thức ở tuổi trưởng thành như những thay đổi được đề cập trong Chương 9, đã phát hiện các khía cạnh khác trong sự phát triển hiểu biết. Theo một số nhà điều tra, người hiểu biết là người có khả năng kết hợp suy nghĩ, cảm nghĩ và hành động vào một tiếp cận mạch lạc trong giải quyết vấn đề (Kramer, 1990; Orwoll & Perlmutter, 1990). Nghiên cứu này ngụ ý rằng sự thấu cảm và lòng trắc ẩn là những đặc điểm quan trọng của người hiểu biết (Wink & Helson, 1997). Họ có khả năng khắc phục những phản ứng tự động như thể thể hiện sự quan tâm đối với kinh nghiệm và giá trị cốt lõi của con người (Pascualleone, 1990). Vì thế, người hiểu biết có khả năng hiểu được tình huống và đi thẳng vào trọng tâm vấn đề, chứ không chú trọng vào các khía cạnh bề ngoài (Wink & Helson, 1997). Quả thật, có một số chứng cứ cho rằng người lớn ở đầu tuổi trưởng thành, người lớn ở tuổi trung niên, và người già hào phóng hơn trong việc dành thời gian và tiền bạc cho các hoạt động từ thiện và thể hiện thái độ quan tâm đến xã hội nhiều hơn (Haan, Milsap, & Hartka, 1986).

Thế những yếu tố cụ thể nào giúp cho một người trở thành hiểu biết? Baltes (1993) nhận dạng ba yếu tố: (a) *điều kiện cá nhân nói chung,* như khả năng suy nghĩ, (b) *điều kiện thông thạo cụ thể,* như tư vấn hoặc thực hành và (c) *bối cảnh cuộc sống tạo điều kiện thuận tiện,* như học vấn hoặc kinh nghiệm lãnh đạo. Các nhà nghiên cứu khác đưa ra các tiêu chuẩn bổ sung. Chẳng hạn, Kramer (1990) lập luận rằng *sự kết hợp giữa ảnh hưởng và nhận thức* diễn ra trong tuổi trưởng thành dẫn đến kết quả là khả năng hoạt động khôn ngoan, hiểu biết. Sự phát triển cá nhân trong tuổi trưởng thành phản ánh khái niệm khả năng sản xuất và tính chính trực của Erikson, cũng giúp khuyến khích quá trình. Tất cả những yếu tố này phải có thời gian. Vì thế, Mặc dù lớn tuổi không phải là yếu tố đảm bảo cho sự hiểu biết, mà nó chỉ cung cấp thời gian, nếu sử dụng tốt, sẽ tạo ra một bối cảnh bổ ích có lợi cho hiểu biết.



TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: THAY ĐỔI NHẬN THỨC KHI VỀ GIÀ



Lão hóa bình thường làm giảm sút một số khả năng trong khi một số khả năng khác phần lớn vẫn giữ nguyên hoặc thậm chí được cải thiện. Tại sao có sự biến dạng như thế trong xu hướng phát triển?

Tác động Sinh học hoạt động giảm tính hiệu quả của khả năng xử lý thông tin cơ bản, chủ yếu thông qua cả thay đổi bình thường lẫn thay đổi liên quan đến bệnh tật trong một số vùng của não. Ngoài ra, tác động tâm lý từ việc sử dụng khả năng nhận thức khác nhau và tác động văn hóa xã hội từ nhu cầu nhận thức thấp hơn trong một số tình huống có thể giúp giải thích những giảm sút trong một số lĩnh vực. Giải thích tương tự về khả năng vẫn còn mang tính nhất quán hoặc có thể tạo ra sự cải thiện. Thay đổi sinh lý trong não không ảnh hưởng đến mọi lĩnh vực, tác động tâm lý tạo ra sự thực hành nhiều hơn trong một số kỹ năng, và áp lực văn hóa xã hội vẫn duy trì sự liên lạc với thế giới có nghĩa là một số kỹ năng, chẳng hạn như trong lĩnh vực khả năng chuyên môn vẫn tiếp tục hoạt động tốt.

Tác động chu kỳ đời sống cũng rất quan trọng trong việc tìm hiểu những thay đổi nhận thức khi về già. Cùng một sự kiện nhận thức như nhau thường có nhiều ý nghĩa rất khác nhau tùy vào con người đang sống ở tuổi nào. Chẳng hạn, sẽ không hiệu quả khi nhớ hàng hóa tạp phẩm mà không có danh sách chỉ làm hơi bực mình và dễ bỏ qua ở đầu tuổi trưởng thành, nhưng có thể xem là dấu hiệu giảm sút ở người già. Những thay đổi như thế trong việc giải thích thậm chí các sự kiện phổ biến thấy rõ, chẳng hạn như quên món hàng nào đó trong cửa hàng tạp hóa thậm chí trở nên phổ biến hơn khi con người lớn tuổi và lo không biết mình có mắc bệnh Alzheimer hay không, một chủ đề chúng ta sẽ khảo sát.

TỰ KIỂM TRA

1. Với điều kiện các công việc cạnh tranh trong một trắc nghiệm chú ý phân chia không khó thì người trưởng thành lớn tuổi hơn thực hiện ______ người trưởng thành nhỏ tuổi hơn.
2. So với sự khác biệt độ tuổi trong hoạt động nhớ lại tự do, sự khác biệt độ tuổi trong hoạt động trí nhớ nhận biết là ______.
3. Khi người già được tập luyện lập luận qui nạp và khả năng không gian, hầu hết ______.
4. Ba yếu tố giúp một người trở thành hiểu biết là ______.
5. Quan điểm cho rằng hiểu biết bao gồm kinh nghiệm trong cuộc sống phù hợp với thảo luận khả năng chuyên môn trong Chương 12 như thế nào?

Trả lời: (1) cũng như, (2) ít hơn, (3) biểu hiện cải thiện đáng kể trong hoạt động, (4) điều kiện cá nhân nói chung, (5) điều kiện thành thạo đặc biệt và bối cảnh cuộc sống tạo điều kiện thuận tiện.

SỨC KHỎE TÂM THẦN VÀ SỰ CAN THIỆP

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trầm cảm ở người già khác với trầm cảm ở người trưởng thành nhỏ tuổi hơn như thế nào? Trầm cảm được chẩn đoán và điều trị ra sao?**
- **Rối loạn lo âu được điều trị ở người già ra sao?**
- **Bệnh Alzheimer là gì? Được chẩn đoán và kiểm soát ra sao? Nguyên nhân gây bệnh là gì?**

Sức khỏe tâm thần và sự can thiệp

Trầm cảm

Rối loạn lo âu

Giảm sút trí tuệ: Bệnh Alzheimer

MARY sống một mình trong 30 năm sau khi chồng mất. Nhưng chỉ khoảng 5 năm gần đây, bà kiểm soát rất tốt. Dần dần, các thành viên trong gia đình và bạn bè bắt đầu nhận thấy Mary có cách hành xử không ổn. Chẳng hạn, bà hay quên, đôi khi nhầm lẫn, tâm trạng của bà thay đổi không có dấu hiệu báo trước. Diện mạo của bà tang thương. Một số bạn bè cho rằng những thay đổi này là vì Mary đang ở tuổi 80. nhưng người khác tự hỏi đây có phải là sự lão hóa bình thường hay không.

Giả sử Mary là người thân của bạn. Bạn giải quyết tình huống ra sao? Bạn xác định hành vi của bà là bình thường bằng cách nào? Bạn sẽ làm gì để cải thiện cuộc đời của Mary?

Mỗi ngày, gia đình phải nhờ những người có chuyên môn chăm sóc sức khỏe tâm thần đến giúp giải quyết các rối loạn tâm lý của người thân lớn tuổi. Thật không may, những chuyện tưởng tượng cản trở chẩn đoán sức khỏe tâm thần thích hợp và những can thiệp phù hợp với người già. Chẳng hạn, nhiều người suy nghĩ nhầm lẫn rằng hầu hết người già đều trầm cảm, mất trí hoặc cả hai. Khi người ta quan sát thấy người già có hành vi như thế này, họ không hành động giúp đỡ vì họ nghĩ không có gì phải giúp.

Trong phần này, chúng ta sẽ thấy những suy nghĩ như thế thật sai lầm. Chỉ một thiểu số người già gặp rối loạn sức khỏe tâm thần, và hầu hết rối loạn như thế đều điều trị được. Đôi khi những rối loạn này biểu hiện khác nhau ở người trưởng thành nhỏ tuổi hơn và người trưởng thành lớn tuổi hơn, vì thế chúng ta cần phải biết mình tìm kiếm điều gì. Chẩn đoán chính xác là điều cần thiết. Chúng ta hãy khảo sát một số rối loạn thường xảy ra và nhiều người biết đến: trầm cảm, rối loạn lo âu và bệnh Alzheimer.

TRẦM CẢM

Hầu hết mọi người cảm thấy chán nản hoặc buồn bã, có lẽ để phản ứng với một rắc rối ở nơi làm việc hoặc trong mối quan hệ. Nhưng điều này có nghĩa hầu hết mọi người đều trầm cảm hay không? Trầm cảm được chẩn đoán ra sao? Có sự khác biệt độ tuổi trong kiểm chứng chẩn đoán hay không? Trầm cảm điều trị ra sao?

Trước tiên, chúng ta hãy bỏ qua một câu chuyện tưởng tượng. Trái với suy nghĩ của nhiều người cho rằng hầu hết người già đều bị trầm cảm, mức độ trầm cảm nghiêm trọng *giảm dần* từ đầu tuổi tuổi trưởng thành đến già (Qualls, 1999). Đối với những người bị trầm cảm, chúng ta hãy tìm hiểu cách chẩn đoán và điều trị.

Trầm cảm được chẩn đoán ở người già như thế nào?

Trầm cảm ở tuổi già thường được chẩn đoán bằng hai nhóm triệu chứng xuất hiện ít nhất trong hai tuần: thay đổi suy nghĩ và cơ thể. *cũng như ở những người nhỏ tuổi hơn, triệu chứng trầm cảm nổi bật nhất ở người già là có cảm giác buồn hoặc chán nản, gọi là* cảm giác khó chịu. Nhưng trong khi những người nhỏ tuổi hơn có nhiều khả năng gọi những cảm giác này trực tiếp là "cảm giác suy nhược", thì người già như người đàn ông trong ảnh (trang 579) gọi đó là "cảm giác bất lực" hoặc theo nghĩa sức khỏe cơ thể như "cảm giác mỏi mệt" (Wolfe, Morrow, & Fredrickson, 1996). Người già cũng có nhiều khả năng hơn người trưởng thành nhỏ tuổi có vẻ lãnh đạm, không biểu cảm, tự gò bó mình trên giường, không màng đến bản thân và có những phát biểu mất giá trị về mình.

Nhóm triệu chứng thứ hai bao gồm những thay đổi cơ thể như ăn mất ngon, mất ngủ và khó thở (Wolfe và người khác, 1996). Ở những người trưởng thành nhỏ tuổi hơn, những triệu chứng này thường



biểu thị một rối loạn tâm lý cơ bản, nhưng ở người già, chúng chỉ phản ánh thay đổi bình thường, liên quan đến độ tuổi. Vì thế, triệu chứng trầm cảm ở cơ thể người già phải được đánh giá thật cẩn thận (Qualls, 1999).

Một bước quan trọng trong chẩn đoán là loại trừ những nguyên nhân có thể khác. Chẳng hạn, các rối loạn sức khỏe cơ thể khác, rối loạn thần kinh, tác dụng phụ của thuốc, điều kiện chuyển hóa, và sự lạm dụng chất gây nghiện đều làm cho hành vi trông giống như trầm cảm (Qualls, 1999). Đối với nhiều dân tộc thiểu số, tình trạng di cư và mức độ đồng hóa, thích nghi là yếu tố quan trọng cần phải xem xét (Black, Markides, & Miller, 1998). Một tiêu chuẩn quan trọng phải được xác lập là triệu chứng có cản trở sinh hoạt hàng ngày hay không, trầm cảm lâm sàng bao gồm sự giảm sút đáng kể trong sinh hoạt thường nhật (Edelstein & Kalish, 1999; Qualls, 1999).

Nguyên nhân gây trầm cảm là gì?

Có hai trường phái suy nghĩ chính về nguyên nhân trầm cảm. Một tập trung vào các quá trình Sinh học và sinh lý, nhất là sự mất quân bình trong các chất truyền thần kinh cụ thể (xem Chương 8, trang 358 – 359). Vì hầu hết lượng chất truyền thần kinh giảm sút theo độ tuổi, nên một số nhà nghiên cứu cho rằng trầm cảm khi về già rất có thể là một rối loạn sinh hóa (Thempson & Gallagher, 1986). Quan điểm chung cho rằng trầm cảm có một cơ sở sinh hóa làm nền tảng cho các tiếp cận hiện hành trong liệu pháp dùng thuốc, sẽ được đề cập sau.

Quan điểm thứ hai tập trung vào các yếu tố tâm lý xã hội như sự mất mát và hệ thống đức tin bên trong. Mặc dù một số loại mất mát thường đi kèm với trầm cảm như chồng mất, vợ mất, mất việc hoặc mất sức khỏe tốt, chính cách con người hiểu sự mất mát hơn là bản thân sự mất mát, mới là nguyên nhân gây trầm cảm (Gaylord & Zung, 1987). *Trong tiếp cận này,* hệ thống đức tin bên trong, *hoặc những gì người ta tự nhủ tại sao một số sự việc nào đó đang diễn ra, được chú trọng như nguyên nhân gây trầm cảm.* Chẳng hạn, trải qua một sự kiện không thể dự đoán và không thể kiểm soát như chồng mất, vợ mất có thể gây trầm cảm vì bạn cho rằng sự kiện xảy ra cho mình vì mình là người xấu (Beck, 1967). Những người bị trầm cảm thường nghĩ rằng cá nhân mình là nguyên nhân làm cho tất cả những điều xấu xảy ra cho bản thân, rằng sự việc chắc chắn không khá hơn và cuộc đời mình chỉ là một mớ hỗn độn.

Trầm cảm ở người già được điều trị ra sao?

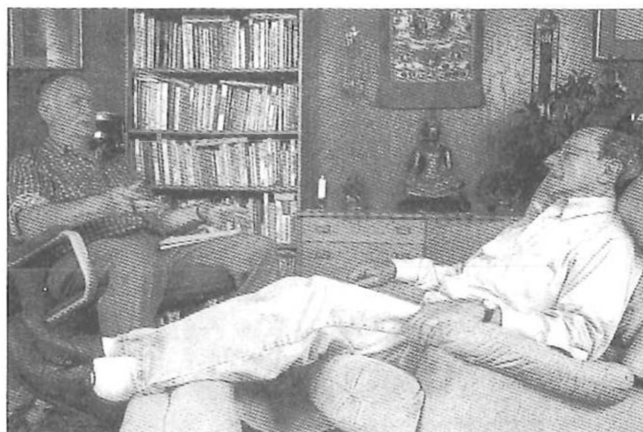
Cho dù trầm cảm có nghiêm trọng cách mấy đi nữa thì vẫn chữa trị được, thường bằng cách kết hợp dùng thuốc và tâm lý liệu pháp (Qualls, 1999; Wolfe và người khác, 1996). Thuốc có tác dụng bằng cách làm thay đổi sự cân bằng của các chất truyền thần kinh cụ thể trong não. *Đối với các trường hợp trầm cảm thật nghiêm trọng, các loại thuốc như* thuốc

chống trầm cảm heterocyclic (HCAs), thuốc ức chế monoamine oxidase (MAO), *hoặc* thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc (SSRIs). Trong nhiều năm, HCAs được gọi là *thuốc chống trầm cảm ba chu kỳ,* vì thuốc này chỉ có một hình thức duy nhất, nhưng việc đưa ra các loại thuốc một chu kỳ, hai chu kỳ và bốn chu kỳ dẫn đến việc đổi tên (Berkow, 1987). Mặc dù được kê toa phổ biến nhưng không thể dùng HCAs nếu cá nhân đang uống thuốc kiểm soát cao huyết áp hoặc có một số rối loạn chuyển hóa. Thuốc ức chế MAO cũng rất nguy hiểm và có khả năng tương tác với thức ăn chứa tyramine hoặc dopamine, như phó mát cheddar, rượu vang, và gan gà, có thể dẫn đến tử vong. Do đó, thuốc ức chế MAO chỉ được xem là biện pháp cuối cùng. Thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc (SSRIs) được mọi người biết đến bắt đầu vào cuối thập niên 1980 vì nói chung thuốc có tác dụng phụ thấp nhất trong các loại thuốc chống trầm cảm. SSRIs hoạt động bằng cách tăng lượng serotonin, vốn là một chất truyền thần kinh tham gia việc điều tiết tâm trạng. Một trong những thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc SSRIs, Prozac, là chủ đề gây nhiều tranh cãi, khi một số trường hợp sử dụng bị tác dụng phụ nghiêm trọng với mức lo âu rất cao. Các loại thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc SSRIs khác như Zoloft và Serzone, có vẻ như ích phản ứng bấtl lợi hơn.

Tâm lý liệu pháp là một tiếp cận phổ biến trong điều trị trầm cảm, dựa trên quan điểm cho rằng việc tập trung vào khía cạnh tâm lý của trầm cảm là điều hợp lý. Hai hình thức tâm lý liệu pháp chứng tỏ có hiệu quả ở người già. *Quan điểm cơ bản trong* liệu pháp hành vi *là người trầm cảm có quá ít phần thưởng hoặc củng cố từ môi trường.* Vì thế, mục tiêu của liệu pháp hành vi là phải tăng điều tốt và giảm điều xấu (Lewinsohn, 1975). Liệu pháp này thực hiện bằng cách để cho con người gia tăng hành động của mình, bằng cách làm nhiều hơn nữa, và khả năng để cho một điều gì đó tốt đẹp xảy ra nhiều hơn nữa. Ngoài ra, liệu pháp hành vi tìm cách để con người giảm bớt những điều xấu bằng cách học phương pháp tránh chung sự gia tăng các sự kiện tích cực và giảm bớt các sự kiện tiêu cực thông qua thực hành và phân công công việc nhà trong quá trình điều trị như ra ngoài nhiều hơn hoặc gia nhập câu lạc bộ để làm quen bạn mới.

Một tiếp cận hiệu quả thứ hai là liệu pháp nhận thức *trên cơ sở quan điểm cho rằng suy nghĩ hoặc nhận thức kém thích nghi về bản thân là nguyên nhân sinh ra trầm cảm.* Từ quan điểm này, một người trầm cảm cho rằng mình không thích hợp và không xứng đáng, thế giới không nhạy cảm và không làm mình vừa lòng, tương lai không hứa hẹn, ảm đạm (Beck và người khác, 1979). Trong đợt liệu pháp nhận thức giống như trong ảnh chụp, người ta được hướng dẫn cách thừa nhận những suy nghĩ này và đánh giá lại bản thân, thế giới và tương lai thực tế hơn, dẫn đến thay đổi trong suy nghĩ cơ bản.

Vấn đề quan trọng nhất cần nhớ về trầm cảm là trầm cảm chữa trị được. Vì thế, nếu một người già có hành vi theo cách biểu thị trầm cảm, nên nhờ người có chuyên môn về sức khỏe tâm thần khám là một ý tưởng hay. Nếu như người



già ấy không bị trầm cảm thì cũng phát hiện bệnh trạng cơ bản khác và có thể điều trị hết.

RỐI LOẠN LO ÂU

Hãy tưởng tượng rằng bạn có bài phát biểu trước một khán giả gồm vài trăm người. Vài phút cuối cùng trước khi chuẩn bị, bạn bắt đầu cảm thấy lo âu, tim đập thình thịch, miệng khô khốc, lòng bàn tay vã mồ hôi. Những cảm giác này rất thường gặp, thậm chí ở người đã từng phát biểu quen, giống với những gì những người bị rối loạn lo âu thường gặp.

Rối loạn lo âu *bao gồm những rối loạn như cảm giác vô cùng lo âu nhưng không rõ lý do, các chứng sợ sự vật hoặc địa điểm cụ thể và rối loạn ép buộc – ám ảnh, trong đó suy nghĩ hoặc hành động được thực hiện lặp đi lặp lại* (Fisher & Noll, 1996; Qualls, 1999). Mặc dù rối loạn lo âu xảy ra ở người lớn thuộc mọi độ tuổi nhưng thường gặp ở người già do sức khỏe giảm sút, căng thẳng khi di chuyển, cô lập, sợ mất độc lập, và nhiều lý do khác. Rối loạn lo âu được chẩn đoán ở khoảng 10% người già nữ và 5% người già nam (Cohen, 1990). Lý do của sự khác biệt giới tính này vẫn chưa rõ.

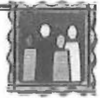
Rối loạn lo âu có thể điều trị bằng thuốc và tâm lý liệu pháp (Fisher & Noll, 1996). Thuốc thường dùng nhiều nhất là benzodiazepine (như Valium và Librium), SSRIs (Paxil, và nhiều loại khác), buspirone, và beta-blocker. Mặc dù hiệu quả vừa phải, những thuốc này phải được giám sát thật kỹ ở người già vì lượng cần thiết để điều trị rối loạn rất thấp trong khi khả năng gây tác dụng phụ rất lớn. Đối với người già, cách điều trị nên chọn là tâm lý liệu pháp, nhất là liệu pháp thư giãn (Fisher & Noll, 1996). Liệu pháp thư giãn có hiệu quả cao, dễ tập quen, chứng tỏ là một kỹ thuật hữu dụng trong nhiều tình huống (như dễ ngủ vào ban đêm).

Đến đây, chúng ta cho rằng tâm lý liệu pháp có thể điều trị hiệu quả. Trong phần kế tiếp, chúng ta sẽ tìm hiểu bệnh Alzheimer, không thể điều trị hiệu quả dài hạn được, bệnh ngày càng tệ hơn cho đến khi chết.

GIẢM SÚT TRÍ TUỆ: BỆNH ALZHEIMER

Người ta có thể cho rằng tình trạng nghiêm trọng nhất đi kèm với lão hóa là mất trí, *một họ bệnh tật bao gồm sự giảm sút chức năng hoạt động nhận thức và hành vi nghiêm trọng.* Trong số những rối loạn này, bệnh Alzheimer là phổ biến nhất. Phần Người thật việc thật mô tả diễn tiến của căn bệnh Alzheimer.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: CHUYỆN GÌ XẢY RA VỚI MARY?



Hãy nhớ lại Mary, một phụ nữ 80 tuổi trong phần minh họa hay quên, nhầm lẫn và ủ rũ. Bạn bè và gia đình ít lâu sau phát hiện rằng bà thường không biết mình đang sống ở đâu, và bắt đầu có suy nghĩ khác nhau về rối loạn của Mary. Gia đình sau cùng nhận thấy bà không thể tự chăm sóc cho mình được nữa, phải cần sự giúp đỡ. Bà được đưa đến một nhà tập thể nhưng bệnh tình ngày càng xấu đi. Bà bắt đầu cảm thấy khó khăn khi nhớ lại sự việc chỉ diễn ra trước đó vài phút. Bà lúc đầu nhầm lẫn tên các thành viên trong gia đình và sau cùng hoàn toàn không nhớ ai cả. Bà bắt đầu đi thơ thẩn. Sau cùng gia đình đưa Mary vào nhà dưỡng lão. Giờ khắc bà sống với hiện tại ngày càng ít hơn. Khả năng cụ thể của bà ngày càng giảm sút cho đến khi không thể tự mình múc ăn được. Cho đến giây phút cuối cùng bà vẫn không ăn được thức ăn rắn và phải có người ép đút ăn. Mary chết vì bệnh Alzheimer sau 15 năm giảm sút dần, biết bao khổ sở.

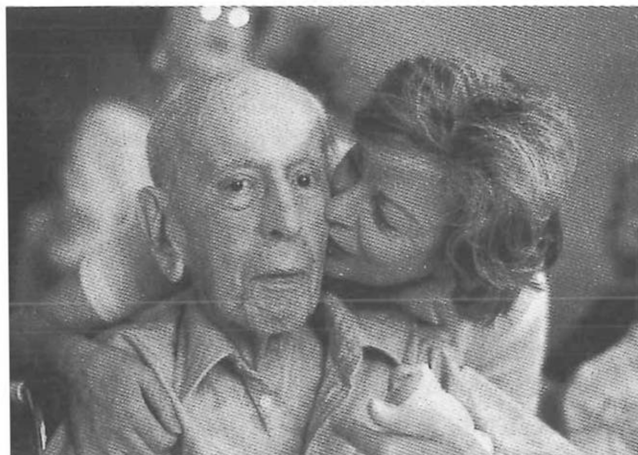
Như phần Người thật việc thật minh họa, bệnh Alzheimer làm cho con người thay đổi từ con người biết suy nghĩ, giao tiếp trở thành nạn nhân nhầm lẫn, nằm

liệt giường không thể nhận biết thành viên trong gia đình và bạn thân. Do đó, sợ mắc bệnh Alzheimer ở người già khỏe mạnh là một vấn đề quan trọng vượt khỏi bệnh tật thật sự (Youngjohn & Crook, 1996).

Hàng triệu người mắc bệnh Alzheimer, kể cả những người nổi tiếng như cựu tổng thống Mỹ Ronald Reagan, bệnh xảy ra ở các nhóm tộc người, chủng tộc và kinh tế xã hội. Khả năng mắc bệnh Alzheimer tăng theo độ tuổi, từ tỷ lệ cực thấp ở độ tuổi 50 cho đến gần một nửa số người ở tuổi 85 trở lên (Youngjohn & Crook, 1996). Phụ nữ thường có nguy cơ cao hơn (Hendersorr, 1997). Khi số lượng người già gia tăng nhanh chóng trong một vài thập niên tới thì chắc chắn số ca bệnh Alzheimer cũng tăng theo.

Bệnh Alzheimer có những triệu chứng gì?

Mary, người phụ nữ trong phần Người thật việc thật, biểu hiện một số triệu chứng chính của bệnh Alzheimer: *giảm sút dần trong trí nhớ, tập quen, chú ý và đánh giá, nhầm lẫn về thời gian và đặc điểm, khó khăn trong giao tiếp và khó tìm từ thích hợp, giảm sút trong kỹ năng tự chăm sóc và vệ sinh cá nhân, hành vi xã hội không phù hợp và thay đổi nhân cách.* Những triệu chứng kinh điển này có thể mơ hồ và thỉnh thoảng chỉ xảy ra ở bệnh thời kỳ đầu, nhưng khi bệnh phát triển thì triệu chứng này nổi bật hơn, thể hiện thường xuyên hơn (Youngjohn & Crook, 1996). Đi thơ thẩn khỏi nhà và không nhớ đường quay về ngày càng tăng. Phát triển hành vi hoang tưởng và tố cáo. Vợ chồng cũng trở thành những người xa lạ. Khi nhìn gương, bệnh nhân cũng không nhận ra mình, họ tự hỏi ai đang nhìn mình thế. *Trong các giai đoạn bệnh tiến triển, bệnh Alzheimer thường gây ra* sự không kìm được *(không thể kiểm soát bàng quang hoặc ruột) và mất hết toàn bộ khả năng đi lại.* Những người đàn ông trong ảnh chụp, bệnh nhân hoàn toàn lệ thuộc vào sự chăm sóc của người khác. Đến lúc này nhiều người chăm sóc tìm các cơ sở phù hợp như trung tâm chăm sóc ban ngày dành cho người lớn và các nguồn tài nguyên giúp đỡ khác, như gia đình và bạn bè để tạo ra một môi trường an toàn cho bệnh nhân Alzheimer trong khi người chăm sóc chính đang làm việc hoặc cần làm những chuyện vặt cơ bản.



Mặc dù có kết quả nhanh hơn nếu chẩn đoán vào đầu tuổi trưởng thành, nhưng mức độ thoái hóa trong bệnh Alzheimer thay đổi rất cao (Bondareff, 1983). Vì thế, thật khó khái quát hóa về mức độ giảm sút của một người chỉ dựa trên sự chẩn đoán được tiến hành cách đây bao lâu. Tương tự, thật khó dự đoán một bệnh nhân cụ thể sẽ sống được bao lâu, chỉ làm tăng thêm căng thẳng ở người chăm sóc (Cavanaugh & Nocera, 1994).

Bệnh Alzheimer được chẩn đoán ra sao?

Dựa vào các triệu chứng hành vi Alzheimer sau cùng hoàn toàn thấy rõ, người ta cho rằng chẩn đoán không có gì phức tạp. Hoàn toàn trái lại. Thật ra, sự chắc chắn tuyệt đối cho rằng một người mắc bệnh Alzheimer không thể khẳng

định được trong khi người ấy vẫn còn sống, chẩn đoán dứt khoát phải dựa trên mổ tử thi, não sau khi chết vì các tiêu chuẩn xác định chẩn đoán bệnh Alzheimer bao gồm nhiều thay đổi cấu trúc trong tế bào thần kinh chỉ có thể quan sát bằng kính hiển vi sau khi cắt bỏ mô não và được chuẩn bị thật đặc biệt (Youngjohn & Crook, 1996; Qualls, 1999).

Dĩ nhiên, còn lại một vấn đề là việc tưởng tượng liệu một người có thể mắc bệnh Alzheimer khi người ấy còn sống hay không. Mặc dù chưa dứt khoát, những số lượng và tính nghiêm trọng trong thay đổi hành vi khiến các bác sĩ lâm sàng phải đưa ra chẩn đoán khá chính xác về *có thể mắc* bệnh Alzheimer (Qualls, 1999). Nhưng sự chính xác tùy vào một loạt xét nghiệm y học và tâm lý trên diện rộng thật tỉ mỉ cũng như trắc nghiệm tâm lý thần kinh (Youngjohn & Crook, 1996). Có nhiều chẩn đoán có tác dụng trong việc loại trừ hầu như tất cả các nguyên nhân có thể khác của các triệu chứng quan sát thấy. Nỗ lực này là cần thiết, vì bệnh Alzheimer là bệnh nan y, gây tử vong, nên mọi nguyên nhân dẫn đến triệu chứng có thể điều trị trước tiên phải được tìm hiểu. Về cơ bản, bệnh Alzheimer được chẩn đoán bằng cách loại trừ tất cả các giải thích có thể khác.

Chẩn đoán phân biệt (nhận biết sự khác nhau giữa bệnh này với bệnh khác) đối với bệnh Alzheimer là điều vô cùng quan trọng (Youngjohn & Crook, 1996; Qualls, 1999). *Chẳng hạn, một số bệnh trầm cảm và một số loại thiếu hụt vitamin có thể gây ra sự giảm sút trí nhớ nghiêm trọng, đôi khi gọi là* chứng mất trí giả. Các bệnh khác, như bệnh thiểu năng tuyến giáp, một số khối u não trong thùy thái dương, đột ngụy ở một số vùng trong não và bệnh tràn dịch não áp suất bình thường, có thể gây ra các rối loạn trí nhớ hoặc những đợt bùng phát hành vi. Các loại mất trí khác, như mất trí mạch máu (do bệnh mạch máu não gây ra) và bệnh Parkinson, cũng gây ra các rối loạn trí nhớ nghiêm trọng và các rối loạn khác. Không có bộ xét nghiệm y học và trắc nghiệm thần kinh tâm lý nào hoàn chỉnh thì những bệnh này bị chẩn đoán lầm thành bệnh Alzheimer và bỏ luôn không điều trị nữa.

Trong một nỗ lực được xem là càng cẩn thận càng tốt, các bác sĩ lâm sàng thường phỏng vấn thành viên trong gia đình về nhận thức của họ về các triệu chứng hành vi quan sát thấy. Hầu hết bác sĩ lâm sàng đều xem thông tin này là điều cần thiết trong việc tìm hiểu tiền sử bệnh. Tuy nhiên, nghiên cứu cho thấy vợ chồng thường không chăm sóc trong việc đánh giá mức độ giảm sút của bạn đời (McGuire & Cavanaugh, 1992). Một phần, sự sai sót này là do thiếu hiểu biết về bệnh. Vợ chồng cũng muốn chứng tỏ mình là người biết bằng cách phủ nhận triệu chứng nghiêm trọng hoặc phóng đại mức độ nghiêm trọng để có vẻ mình là người thích ứng giỏi trong tình huống cực kỳ khó khăn. Một số vợ chồng mô tả triệu chứng của người bạn đời thật chính xác nhưng gia đình không phải là nguồn thông tin duy nhất về khả năng hoạt động chức năng của bệnh nhân.

Người ta chú ý nhiều về sự phát triển của các xét nghiệm dứt khoát khác đối với bệnh Alzheimer trong khi bệnh nhân vẫn còn sống. *Phần lớn nghiên cứu này tập trung vào* amyloid, *một protein được sản xuất ở lượng cao bất thường ở bệnh nhân Alzheimer, có lẽ là nguyên nhân tạo ra các mớ xơ vữa thần kinh và tấm thần kinh được mô tả phần trước.* Nghiên cứu đang hướng đến việc phát triển cách đánh giá nồng độ amyloid trong chất dịch não tủy và máu. Nghiên cứu bổ sung tập trung vào việc xét nghiệm sự có hay không có các gien cụ thể, một chủ đề chúng ta sẽ bàn sau.

Nguyên nhân gây bệnh Alzheimer là gì?

Chúng ta không biết chắc nguyên nhân gì gây ra bệnh Alzheimer (Youngjohn & Crook, 1996). Trong nhiều năm, người ta đưa ra nhiều giả thuyết, chẳng hạn như sự tích tụ nhôm trong não và virus tác động chậm, nhưng không có giải thích nào đúng cho mọi trường hợp.

Hiện nay, hầu hết nghiên cứu tập trung vào việc nhận dạng sự liên kết di truyền (Clark & Goate, 1993). Ngày càng có nhiều chứng cứ cho rằng ít nhất một số hình thức của bệnh Alzheimer là do di truyền, dựa vào nghiên cứu về cây phả hệ, người thân và trẻ sơ sinh đơn hợp tử. Thật ra, một số vị trí trên các nhiễm sắc thể khác nhau được nhận dạng một cách ngập ngừng có liên quan đến việc truyền bệnh Alzheimer, kể cả các nhiễm sắc thể 12, 14, 19, và 21. Nếu các nhà nghiên cứu có thể nhận dạng các gien là nguyên nhân gây bệnh Alzheimer thì có thể phát triển một xét nghiệm để kiểm tra liệu một người có mẫu di truyền hay không. Hiện có xét nghiệm đối với bệnh Huntington, một loại mất trí khác thể hiện mẫu thể thường nhiễm sắc. Những người có nguy cơ có thể phát hiện liệu mình có mang gien gây bệnh hay không bằng xét nghiệm máu. Kết quả dương tính chứng tỏ mắc bệnh thường gây sốc trong đầu tuổi trưởng thành hoặc ở tuổi trung niên, dẫn đến tử vong. Vì thế, sự phát triển xét nghiệm di truyền đối với bệnh Alzheimer không chỉ là phương pháp chẩn đoán bệnh thuyết phục mà còn là một số chọn lựa cá nhân khó khăn đối với phụ nữ trong ảnh chụp. Chẳng hạn, cá nhân biết rằng mình có gien gây bệnh sẽ đối mặt với quyết định có con hay không. Các chương trình tư vấn di truyền, hiện đang tập trung hầu hết vào các bệnh thời thơ ấu, cần được mở rộng để giúp cá nhân đối mặt với các quyết định về bệnh tật xảy ra khi về già.



Thời gian gần đây hơn lượng kích tố động dục được nghiên cứu như một yếu tố làm tăng nguy cơ mắc bệnh Alzheimer ở phụ nữ (Henderson, 1997; Simpkins và người khác, 1997). Người ta biết rằng sự mất mát của kích tố động dục sau thời kỳ mãn kinh liên quan đến việc mất trí nhớ (xem Chương 12) và sự mất mát này có thể là nguồn làm tăng nguy cơ mắc bệnh Alzheimer. Có một số chứng cứ cho thấy liệu pháp thay thế kích tố động dục có thể làm giảm nguy cơ này.

Có thể làm gì đối với bệnh nhân mắc bệnh Alzheimer?

Cho dù bệnh Alzheimer nhưng phải tiến hành thực hiện nhiều biện pháp để làm giảm triệu chứng của bệnh. Hầu hết nghiên cứu tập trung vào các loại thuốc nhằm cải thiện trí nhớ. Mặc dù có nhiều nghiên cứu các loại thuốc khác nhau nhưng chưa có thuốc nào làm thay đổi triệu chứng rối loạn trí nhớ một cách vĩnh viễn (Abrams & Berkow, 1990; Brioni & Decker, 1997).

Ngoài thuốc trí nhớ ra, các loại thuốc điều trị triệu chứng hành vi thù địch cũng được sử dụng phổ biến. Những thuốc này như *thioridazine* và *haloperidol,* là những thuốc giống nhau được sử dụng để điều trị các rối loạn tâm thần nghiêm trọng ở người lớn. Ngoài ra thuốc chống trầm cảm rất hiệu quả trong việc làm giảm bớt trầm cảm đi kèm với bệnh Alzheimer trong thời kỳ đầu. Tất cả những loại thuốc này phải được dùng thật thận trọng khi người già có nguy cơ tác dụng phụ cao hơn như giảm sút vận động nghiêm trọng và giảm sút nhận thức gia tăng (Brioni & Decker, 1997).

Nhiều sự can thiệp giáo dục và hành vi hiệu quả đang được phát triển. *Một can thiệp hành vi dựa trên tiếp cận E-I-E-I-0 trong can thiệp trí nhớ được đề cập ở đầu chương này, bao gồm việc sử dụng sự can thiệp trí nhớ ẩn – bên trong gọi là* truy cập cách quãng. Được Camp cùng đồng nghiệp (Camp & McKitrick, 1991) phỏng theo, truy cập cách quãng bao gồm việc hướng dẫn cho bệnh nhân Alzheimer cách nhớ thông tin mới bằng cách dần dần tăng thời gian giữa các nỗ lực truy cập. Điều này được thực hiện ra sao sẽ được giải thích trong phần Nghiên cứu nổi bật. Kỹ thuật dễ làm nhưng cũng tuyệt vời này được sử dụng để dạy tên cho các thành viên trong nhóm và các thông tin khác, có khả năng được áp dụng đại trà.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: CÔ ẤY TÊN GÌ? TẬP NHỚ ĐỐI VỚI BỆNH NHÂN MẮC BỆNH ALZHEIMER



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Bệnh Alzheimer mang đặc điểm mất trí nhớ tuần tiến và nghiêm trọng. Nhưng rối loạn trí nhớ có thể được dàn xếp bằng cách sử dụng các chiến lược trí nhớ ẩn – bên trong hay không? Cameron Camp và Leslie McKitrick quyết định phát hiện bằng cách nghĩ ra một kỹ thuật gọi là truy cập cách quãng.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Bí mật của truy cập cách quãng là tăng dần lượng thời gian tuần tiến giữa nhớ lại thông tin đích (như tên một người). Chẳng hạn, người hướng dẫn cho bệnh nhân thấy bức ảnh của một người rồi nói tên của người ấy. Sau một thời gian cách quãng nhớ lại ban đầu khoảng 5 giây người hướng dẫn yêu cầu bệnh nhân nhớ tên khi nãy. Với điều kiện bệnh nhân nhớ chính xác, thì thời gian cách quãng nhớ lại sẽ tăng lên 10, 20, 40, 60, 90, 120, 150 giây, và cứ thế. Nếu bệnh nhân quên thông tin đích, thì người hướng dẫn đưa ra câu trả lời đúng, và thời gian cách quãng nhớ lần kế tiếp giảm dần cho đến bằng thời gian trong lần thử với câu trả lời đúng gần đây nhất. Trong thời gian cách quãng, người hướng dẫn mời bệnh nhân cùng trò chuyện để làm cho bệnh nhân không nhẩm lại thông tin.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Camp và McKitrick trắc nghiệm những người được chẩn đoán là có thể mắc bệnh Alzheimer hiện đang ở trong trung tâm chăm sóc ban ngày dành cho người lớn.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Nghiên cứu sử dụng thiết kế theo chiều dọc sao cho Camp và McKitrick có thể theo dõi hoạt động của người tham gia trong nhiều tuần.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Việc có những người mắc bệnh Alzheimer trong tư cách người tham gia nghiên cứu là phát sinh các vấn đề quan trọng với sự đồng ý có hiểu biết. Vì sự giảm sút nhận thức nghiêm trọng của mình nên những cá nhân này hoàn toàn không hiểu được quá trình. Vì thế, thành viên gia đình chẳng hạn như vợ chồng hoặc người chăm sóc là con đã trưởng thành cũng được yêu cầu đồng ý có hiểu biết. Ngoài ra, các nhà nghiên cứu phải đặc biệt chú ý đến cảm xúc của người tham gia, nếu người tham gia thất vọng hoặc bối rối thì đợt tập luyện hoặc trắc nghiệm phải dừng lại. Camp và McKitrick đã có tất cả những biện pháp phòng ngừa này.

Kết quả ra sao? Truy cập cách quãng tác dụng như ma thuật vì thậm chí những người trước đây không thể nhớ được thông tin trong hơn 60 giây thì lúc này có thể nhớ tên được hướng dẫn bằng kỹ thuật này trong thời gian rất lâu (chẳng hạn từ 5 tuần trở lên). Việc học tên nhân viên thường có một vài thất bại nhưng nếu tập luyện thêm thì học sẽ nhớ được. Chẳng hạn, một người tham gia lạnh lùng nhìn các nhà nghiên cứu đến tham quan trung tâm chăm sóc ban ngày nơi mình đang ở. «Tôi biết ông đến hỏi tôi tên của Jane chứ gì". Tuy nhiên, chỉ trước đó một tháng, Iris không thể nhớ được tên của Jane. Thật ra, trông cô có vẻ không có khả năng tập quen mà chỉ biết cách ôn lại thuộc lòng. Quan trọng nhất, sự tập quen mới không cản trở thông tin khác trong trí nhớ dài hạn.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Trông có vẻ hướng dẫn được nhiều loại thông tin, làm cho truy cập cách quãng trở thành một sự can thiệp linh động. Truy cập cách quãng có thể sử dụng trong bối cảnh bất kỳ, chẳng hạn như chơi game hoặc chuyện trò bình thường làm cho kỹ thuật này dễ chịu và không làm bệnh nhân hoảng sợ.

Mặc dù cần phải nghiên cứu nhiều hơn để tiếp tục hoàn thiện kỹ thuật, truy cập cách quãng là một trong những can thiệp trí nhớ không dùng thuốc hứa hẹn nhất đối với những người bị giảm sút nhận thức.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Truy cập cách quãng có thể được sử dụng để giải quyết những thay đổi qui phạm trong việc nhớ lại được đề cập đầu chương hay không? Tại sao có, tại sao không ?

Trong khi thiết kế biện pháp can thiệp đối với những người bệnh Alzheimer, nguyên tắc chỉ đạo là phải tối ưu hóa chức năng hoạt động của bệnh nhân. Bất kể mức độ giảm sút, nên cố gắng giúp bệnh nhân thích ứng với các triệu chứng càng nhiều càng tốt. Điều quan trọng là phải giúp đỡ tất cả mọi người giữ được chân giá trị trong tư cách con người, có thể làm được bằng một số cách thật sáng tạo như phỏng theo các nguyên tắc trong phương pháp giáo dục của Montessori đưa người già mắc bệnh Alzheimer đến với trẻ trước độ tuổi đến trường sau cho cả hai có thể cùng nhau thực hiện công việc (Camp và người khác, 1997).

Một trong những cách tốt nhất là tìm hiểu về nghiên cứu hành vi và y học mới nhất cũng như về các chương trình hỗ trợ và giáo dục có sẵn trong vùng, nên gọi đến số điện thoại của Hiệp hội bệnh Alzheimer trong mẫu quảng cáo. Hiệp hội trong vùng bạn sẽ rất vui khi cung cấp một dải tài liệu giáo dục và thông tin về các chương trình ở địa phương.



TỰ KIỂM TRA

1. So với người trưởng thành nhỏ tuổi hơn, người lớn lớn tuổi hơn ít có khả năng gọi cảm giác buồn của mình là ______.
2. Một hình thức tâm lý liệu pháp tập trung vào suy nghĩ về bản thân, thế giới và tương lai gọi là ______.
3. Kỹ thuật thư giãn là một liệu pháp hiệu quả điều trị ______.
4. Cách duy nhất để chẩn đoán bệnh Alzheimer thật dứt khoát là thông qua ______.
5. Xơ bị xoắn gọi là ______ ở trong sợi trục của tế bào thần kinh ở người bệnh Alzheimer.
6. Sau khi đọc về triệu chứng của bệnh Alzheimer, bạn nghĩ gì về khía cạnh căng thẳng nhất trong việc chăm sóc bố mẹ đang mắc bệnh? (bạn có thể tham khảo phần chăm sóc bố mẹ già yếu ở Chương 12).

Trả lời: (1) trầm cảm, (2) liệu pháp nhận thức, (3) rối loạn lo âu, (4) mổ tử thi não, (5) mớ xơ vữa thần kinh

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Một số người có lúc nhận thấy rằng, khi xét đến mọi thứ, thì sự già vẫn luôn tốt hơn các giai đoạn khác. Dựa vào những gì bạn biết về bối cảnh lão hóa của cá nhân, quả thật trong nhiều khía cạnh vẫn tốt (chắc chắn mặc dù không phải toàn là màu hồng) hơn những gì mà sự biến đổi điều kiện trong văn hóa của chúng ta thường nghĩ. Chúng ta bắt đầu bằng việc tự hỏi tại sao những người như Sarah sống khá thọ trong khi người khác thì không, và chúng ta hiểu được nhiều yếu tố ảnh hưởng đến tuổi thọ. Chúng ta cũng hiểu được sự tương tác của các yếu tố di truyền và môi trường (mô hình Tâm sinh học xã hội thêm lần nữa thể hiện!). Chúng ta biết Frank, một ông lão 80 tuổi vẫn còn hoạt động, minh họa cách giữ vững sự phù hợp trong suốt đời có ảnh hưởng quan trọng đối với sức khỏe khi về già. Chúng ta cũng hiểu được những thay đổi cơ thể bắt đầu ở tuổi trung niên tiếp tục ảnh hưởng đến chức năng hoạt động khi con người ngày càng lớn tuổi.

Rocio cảm nhận được các loại thay đổi trong khả năng nhớ gần đây thường gặp ở người già. Một số người già có được sự hiểu biết thông qua kinh nghiệm sống. Vì thế, sự thay đổi nhận thức khi về già không phải tất cả đều là sự giảm sút. Sau cùng, chúng ta biết rằng bệnh tâm thần ảnh hưởng khủng khiếp ở người già, người già phải được chẩn đoán thích hợp để tách rời các bệnh có thể chữa được và không thể chữa được. Những người như Mary, mắc bệnh Alzheimer, phải được khám thật kỹ để nhận dạng nguyên nhân có thể gây bệnh nhiều nhất.

Nhiều xã hội theo suy nghĩ rập khuôn về người già hoàn toàn không đúng. Vì một lẽ, chỉ có một thiểu số những người trên 65 tuổi mới mắc bệnh Alzheimer, trong khi đa số tiếp tục chứng tỏ có sự cải thiện trong một số chức năng hoạt động nhận thức chẳng hạn như hiểu biết. Tuổi già không ngụ ý sự giảm sút trên diện rộng như người ta thường nghĩ. Thật ra, một số phân mảnh xã hội bắt đầu tìm hiểu vẻ đẹp và tầm quan trọng của người già.

Sự đột nhập bắt đầu của chúng ta trong tìm hiểu tuổi già cho thấy tính phức tạp của người già. Cũng không thể mô tả đặc điểm của tất cả trẻ, trẻ vị thành niên hoặc những người đầu tuổi trưởng thành đều giống như nhau, người già cũng là một nhóm người khác hẳn. Tính đa dạng này tiếp tục là chứng cứ trong chương sau.

TÓM TẮT



Người già giống cái gì?

Nhân khẩu học tuổi già

• Số lượng người già ngày càng tăng nhanh, nhất là số lượng người trên tuổi 85. Trong tương lai, người già sẽ đa dạng về mặt dân tộc hơn và có trình độ cao hơn hiện nay.

Bạn sẽ sống bao lâu?

• *Tuổi thọ trung bình* đã tăng đáng kể trong thế kỷ này, phần lớn là do cải thiện trong chăm sóc sức khỏe. *Tuổi thọ hữu dụng* ám chỉ số năm mà một người không bị bệnh làm suy nhược. *Tuổi thọ tối đa* là thời gian dài nhất mà một người bất kỳ sống được.

• Yếu tố di truyền có thể ảnh hưởng đến tuổi thọ bao gồm tuổi thọ gia đình và tiền sử mắc bệnh của gia đình. Yếu tố môi trường bao gồm bệnh mắc phải, độc tố, chất gây ô nhiễm và cách sống.

• Do tiến bộ công nghệ, có sự tranh cãi về số lượng sống so với chất lượng sống. Phụ nữ có tuổi thọ trung bình lúc mới sinh dài hơn nam. Sự khác biệt ở nhóm dân tộc rất phức tạp, tùy vào độ tuổi của con người, các mẫu khác biệt cũng thay đổi.

Cơ thể thay đổi và sức khỏe

Thuyết Lão hóa sinh học

• Có bốn thuyết Lão hóa Sinh học chính. Thuyết Mặc và mòn phát biểu rằng lão hóa là do hệ thống cơ thể bị mòn gây ra. Thuyết Tế bào tập trung vào phản ứng bên trong tế bào bao gồm gốc tự do và liên kết chéo. Thuyết Chuyển hóa tập trung vào những thay đổi trong sự chuyển hóa tế bào. Thuyết Chết tế bào được lập trình cho rằng lão hóa được lập trình về mặt di truyền. Không có một thuyết nào đủ để giải thích lão hóa.



Thay đổi Sinh lý học

• Ba thay đổi cấu trúc cơ bản trong tế bào thần kinh là mớ xơ vữa thần kinh, sự thay đổi đọt nhánh và tấm thần kinh. Những thay đổi này có hậu quả quan trọng trong ảnh hưởng chức năng vận động vì chúng giảm bớt tính hiệu quả trong việc truyền thông tin của tế bào thần kinh.

• Nguy cơ mắc bệnh tim mạch tăng dần theo độ tuổi. Những thay đổi bình thường trong hệ tim mạch bao gồm sự hình thành lượng mỡ tích tụ trong tim và động mạch, sự gia tăng lượng máu bơm của tim, giảm sút trong mô cơ tim, và làm xơ cứng động mạch. Hầu hết những thay đổi này đều bị cách sống ảnh hưởng. Mất trí mạch máu và đột quỵ là nguyên nhân gây ra sự giảm sút nhận thức, tùy theo vị trí thương tổn ở não.

• Những thay đổi liên quan đến độ tuổi trong hệ hô hấp khó nhận dạng do ảnh hưởng của sự ô nhiễm trong suốt đời. Tuy nhiên, người già khó thở, nguy cơ bị các rối loạn phổi tắc nghẽn mãn tính gia tăng.

• Bệnh Parkinson là do thiếu lượng dopamine phù hợp mà ra, có thể kiểm soát hiệu quả bằng L-dopa. Trong một ít trường hợp, bị mất trí.

• Sự giảm sút thị lực và thính lực liên quan đến độ tuổi có nhiều tài liệu dẫn chứng. Tuy nhiên, những thay đổi tương tự trong khứu giác, vị giác, xúc giác, cảm giác đau và nhạy cảm với nhiệt độ vẫn chưa rõ.

Vấn đề sức khỏe

• Người trưởng thành lớn tuổi hơn gặp nhiều rối loạn giấc ngủ hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn. Về mặt dinh dưỡng, hầu hết người già không cần uống vitamine hoặc khoáng chất bổ sung. Nguy cơ bệnh ung thư tăng đáng kể theo độ tuổi.



Quá trình nhận thức

Xử lý thông tin

• Người trưởng thành lớn tuổi hơn thường chậm hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn trong việc tìm kiếm bằng mắt, nếu không có tín hiệu báo trước.

• Sự khác biệt độ tuổi trong công việc phân chia chú ý tùy vào độ khó, ở công việc dễ, không có sự khác biệt, nhưng ở công việc khó, người trưởng thành nhỏ tuổi hơn thường thực hiện tốt hơn.

• Tốc độ tâm thần vận động của người trưởng thành lớn tuổi hơn chậm hơn tốc độ tâm thần vận động của người trưởng thành nhỏ tuổi hơn. Tuy nhiên, lượng chậm lại giảm bớt nếu người trưởng thành lớn tuổi hơn có sự tập luyện hoặc khả năng chuyên môn trong công việc.

• Thay đổi nhận cảm và xử lý thông tin tạo ra khó khăn cho lái xe lớn tuổi. Trí nhớ hoạt động là một khái niệm giải thích thuyết phục khác về những thay đổi trong xử lý thông tin theo độ tuổi.

Trí nhớ

• Đối với công việc nhớ đòi hỏi nhớ lại tự do, người trưởng thành lớn tuổi hơn hầu như luôn kém hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn. Sự khác biệt ít hơn trong các công việc nhớ nhận biết và trong một số công việc nhớ đời thật.

• Những gì người ta cho là đúng đối với trí nhớ của mình đều liên quan đến việc hoạt động. Suy nghĩ về việc liệu các khả năng nhận thức có được giả định là thay đổi hay không có thể là suy nghĩ quan trọng nhất.

• Phân biệt sự thay đổi trí nhớ đi kèm với lão hóa với những thay đổi trí nhớ do bệnh tật nên được tiến hành bằng cách đánh giá toàn diện.

• Có thể đạt được tập luyện trí nhớ theo nhiều cách. Một khuôn khổ hữu dụng là phải kết hợp những khác biệt trí nhớ hiện – ẩn với các loại hỗ trợ trí nhớ bên ngoài – bên trong.

Tập khả năng trí năng

• Chứng cứ từ các nghiên cứu tập luyện biểu thị rằng hoạt động ở ít nhất một số khả năng trí năng (như lập luận quy nạp và định hướng không gian) có thể được cải thiện đáng kể.

Tính sáng tạo và hiểu biết

• Nghiên cứu cho thấy rằng sản phẩm sáng tạo đạt đỉnh điểm vào cuối đầu tuổi trưởng thành hoặc đầu tuổi trung niên và sau đó giảm sút nhưng đỉnh điểm hoạt động thay đổi khác nhau trong các môn học và nghề nghiệp.

• Hiểu biết liên quan với khả năng trở thành chuyên gia trong cuộc sống hơn là bản thân độ tuổi. Ba yếu tố giúp con

người trở nên hiểu biết là điều kiện cá nhân nói chung, điều kiện thành thạo cụ thể, và bối cảnh cuộc sống tạo điều kiện thuận tiện.



Sức khỏe tâm thần và sự can thiệp

Trầm cảm

• Triệu chứng của trầm cảm là luôn buồn rầu. Các triệu chứng tâm lý và sinh lý khác cũng xuất hiện nhưng ý nghĩa quan trọng của những triệu chứng này tùy thuộc vào độ tuổi của người báo cáo triệu chứng.

• Nguyên nhân chính gây bệnh trầm cảm bao gồm sự mất cân đối trong chất truyền thần kinh và các tác động tâm lý xã hội như sự mất mát và hệ thống niềm tin bên trong.

• Có thể dùng thuốc điều trị trầm cảm chẳng hạn như thuốc chống trầm cảm heterocyclic, thuốc ức chế MAO và thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc, và thông qua tâm lý liệu pháp chẳng hạn như liệu pháp hành vi hoặc nhận thức.

Rối loạn lo âu

• Nhiều loại rối loạn lo âu ảnh hưởng đến nhiều người già. Tất cả rối loạn đều được điều trị hiệu quả bằng thuốc hoặc tâm lý liệu pháp.

Mất trí: Bệnh Alzheimer

• Mất trí là một họ bệnh gây ra giảm sút nhận thức nghiêm trọng. Bệnh Alzheimer là hình thức phổ biến nhất của chứng mất trí không thể phục hồi.

• Triệu chứng bệnh Alzheimer bao gồm giảm sút trí nhớ, thay đổi nhân cách và thay đổi hành vi. Những triệu chứng này thường dần dần xấu đi với mức độ thay đổi đáng kể ở từng người.

• Chẩn đoán dứt khoát đối với bệnh Alzheimer chỉ bằng cách mổ tử thi não. Chẩn đoán có thể mắc bệnh Alzheimer ở người còn sống bao gồm một quá trình tỉ mỉ để loại trừ các nguyên nhân có thể khác.

• Mặc dù bệnh Alzheimer là nan y nhưng có nhiều sự can thiệp liệu pháp khác nhau có thể cải thiện chất lượng sự sống của bệnh nhân.

TỪ KHÓA

nhà nhân khẩu học
kim tháp dân số
tuổi thọ
tuổi thọ trung bình
tuổi thọ hữu dụng
tuổi thọ tối đa
thuyết mặc và rách
thuyết tế bào
gốc tự do
liên kết chéo
thuyết chuyển hóa
thuyết chết tế bào được lập trình
mớ xơ vữa thần kinh
tấm thần kinh
chất truyền thần kinh
đột quỵ
sự cố mạch máu não
xuất huyết

chứng thiếu máu cục bộ nhất thời (TIAs)

mất trí mạch máu

bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (COPD)

bệnh Parkinson

lão thính

nhịp ngày đêm

tính chọn lọc

chú ý phân chia

tốc độ tâm thần vận động

trí nhớ hoạt động

nhớ lại tự do

sự nhận ra

trí nhớ thứ cấp

trí nhớ bậc ba

trí nhớ hiện

trí nhớ ẩn

hỗ trợ bên ngoài

hỗ trợ bên trong

tình trạng cảm thấy khó chịu

hệ thống niềm tin bên trong

thuốc chống trầm cảm heterocyclic (HCAs)

thuốc ức chế monoamine oxidase (MAO)

thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc (SSRIs)

liệu pháp hành vi

liệu pháp nhận thức

rối loạn lo âu

mất trí

bệnh Alzheimer

sự không kìm được

mất trí giả

amyloid

truy cập cách quãng

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

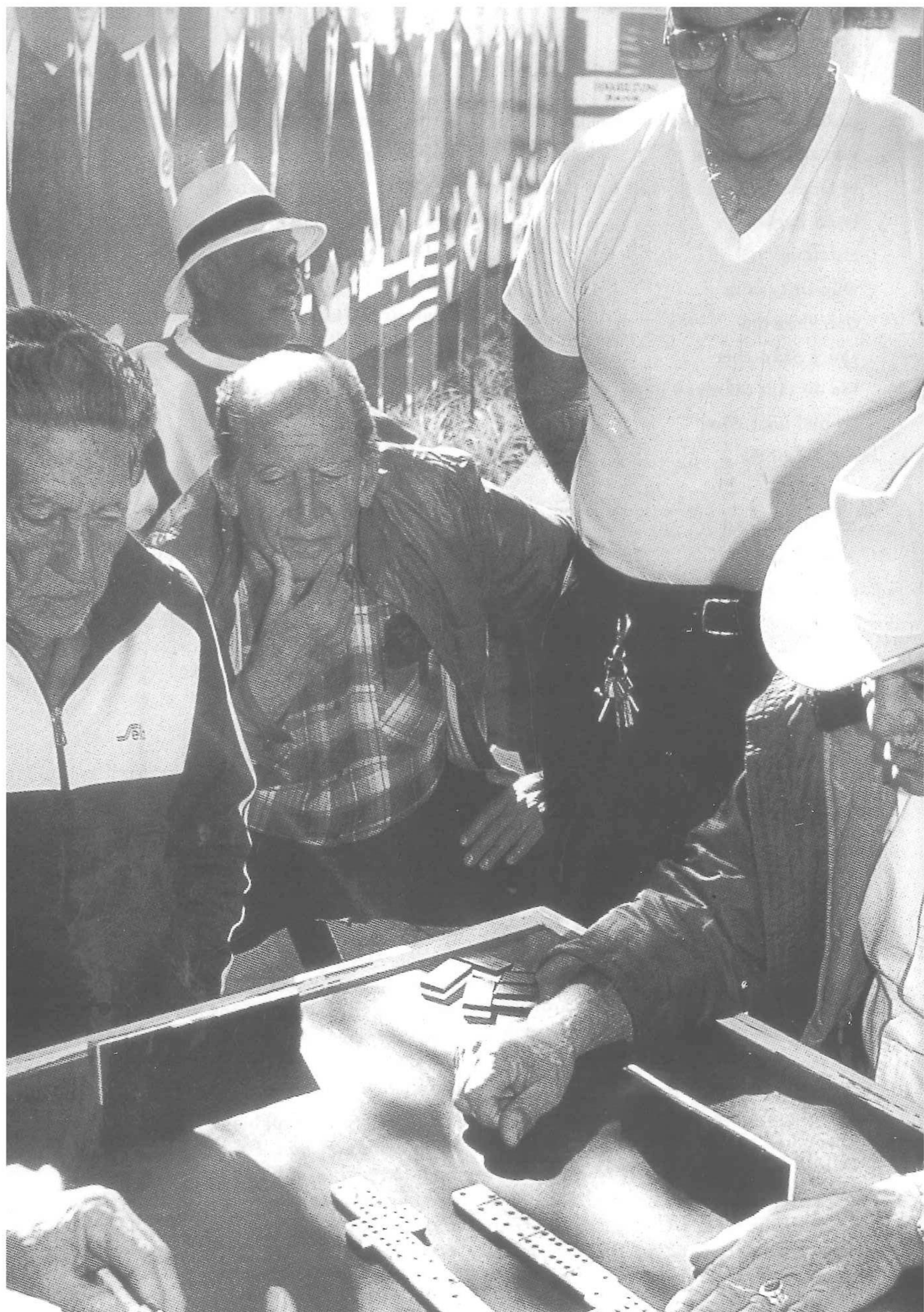
CARSTENSEN, L. L., EDELSTEIN, B. A., & DORN-BRAND, L. (Chủ biên). (1996). *The practical handbook of clinical gerontology*. Thousand Oaks, CA: Sage. Quyển sách này đưa ra một cái nhìn khái quát về một dải rộng các vấn đề, bao gồm đánh giá, rối loạn tâm lý, rối loạn hành vi và rối loạn y học ở người già.

HAYFLICK, L. (1994). *How and why we age*. New York: Ballantine. Tóm lược Sinh học lão hóa này được trình bày trong khuôn khổ rất dễ đọc, dễ hiểu. Đây có lẽ là tóm lược toàn diện nhất ở trình độ nhập môn.

KAUSLER, D. H. (1994). *Learning and memory in normal aging*. San Diego, CA: Academic Press. Đây là một trong những tóm lược rất hay chỉ có một tập duy nhất đề cập những khác biệt liên quan đến độ tuổi trong xử lý thông tin và trí nhớ.

KOTRE, J. (1996). *White gloves: How we create ourselves through memory*. New York: Norton. Đây là câu chuyện dạng tiểu sử tự truyện về một người đàn ông tìm hiểu ý nghĩa của trí nhớ sau khi ông tìm thấy chiếc găng tay màu trắng của nhu ông. Sự đan kết thú vị giữa nghiên cứu cơ bản về trí nhớ với kinh nghiệm thường nhật.

ARTZ, S. H. (Chủ biên). (1987). *When I am an old woman, I shall wear purple;* and (1992). *If I had my life to live over, I would pick more daisies*. Watsonville, *CA:* Papier- Mache Press. Cả hai sách này là tuyển tập thơ và truyện ngắn nói về ý nghĩa tuổi già ở phụ nữ.



CHƯƠNG 14

KHÍA CẠNH XÃ HỘI CỦA TUỔI GIÀ

Người già thực ra như thế nào? Như chúng ta đã thấy trong Chương 13, tuổi già đến cùng với các hạn chế cơ thể (như giảm sút thị lực và thính lực) và nhiều lợi ích tâm lý (như khả năng chuyên môn gia tăng). Tuổi già cũng mang lại sự thử thách xã hội. Người già đôi khi bị ảnh hưởng của suy nghĩ rập khuôn cho rằng người già bất lực, ngoài lề xã hội, chẳng khác gì trẻ con. Người già cũng đối mặt với các vấn đề tâm lý xã hội. Người ta suy nghĩ thế nào về cuộc sống của người già, làm cho cuộc sống ấy có ý nghĩa và gần gũi họ khi họ đang đến gần cái chết? Điều gì cấu thành thể chất của người già? Người già sử dụng thời gian của mình ra sao một khi không còn làm việc toàn thời gian nữa? Họ có muốn về hưu hay không? Các mối quan hệ với bạn bè và gia đình đóng vai trò gì trong cuộc sống của người già? Người già thích ứng ra sao nếu người bạn đời của mình ốm cần phải chăm sóc? Nếu như bạn đời của mình mất thì sao? Người già cần sự giúp đỡ sống ở đâu?

Đây chỉ là một vài vấn đề chúng ta sẽ khảo sát trong chương này. Như trong Chương 13, tiêu điểm chính của chúng ta tập trung vào đa số người già vẫn còn khỏe mạnh và sống trong cộng đồng. Sự phân biệt trong Chương 1 giữa người hơi già (60 – 80 tuổi) và người rất già (từ 80 trở lên) là điều rất quan trọng. Chúng ta biết hầu hết về người hơi già, thậm chí những người rất già cũng phản ánh được đa số người già suy nhược và những người hiện sống trong nhà dưỡng lão.

Cũng như các thời điểm khác trong đời, hòa hợp với môi trường là một vấn đề phức tạp. Chúng ta bắt đầu bằng cách nghiên cứu một số quan điểm về cách tối ưu hóa sự hòa hợp của chúng ta với môi trường. Kế đến, chúng ta tìm hiểu làm cách nào chúng ta mang câu chuyện cuộc sống của mình đạt đỉnh điểm. Sau đó, chúng ta tìm hiểu mối quan hệ giữa cá nhân với nhau và sự nghỉ hưu tạo ra bối cảnh sự hài lòng trong cuộc sống. Chúng ta kết thúc bằng một nghiên cứu bối cảnh lão hóa xã hội.

THUYẾT LÃO HÓA TÂM LÝ XÃ HỘI

Mục tiêu nghiên cứu

- **Thuyết Liên tục là gì?**
- **Mô hình năng lực và áp lực môi trường là gì, tính dễ bảo và tính đồng thuận liên hệ với mô hình này ra sao?**

Thuyết Lão hóa Tâm lý xã hội

Thuyết Liên tục

Năng lực và áp lực môi trường

TỪ KHI SANDY *nghỉ hưu không còn làm thư ký ở Giáo hội giám chế châu Phi ở địa phương nữa thì bà hầu như không biết nghỉ. Bà tham gia ca đoàn trong giáo hội, tham gia Ủy ban hành động vì cộng đồng phụ nữ da đen, mỗi tuần một ngày tình nguyện đến dạy ở một trường Head Start ở địa phương. Bạn bè của Sandy cho rằng bà đừng hoạt động nữa, nhưng bà không nghe cho dù đã bước sang tuổi 71.*



"CHÚNG TA CÓ NHIỀU ĐIỂM CHUNG, PHẢI KHÔNG? CHÁU THÌ QUÁ NHỎ ĐẾN MỨC KHÔNG THỂ LÀM HẦU HẾT MỌI VIỆC CÒN ÔNG THÌ QUÁ GIÀ ĐẾN MỨC KHÔNG LÀM ĐƯỢC VIỆC GÌ CẢ".

Tìm hiểu con người ta già như thế nào không phải là điều đơn giản như hỏi tuổi của người khác. Như bạn thấy trong Chương 13, lão hóa là một quá trình bao gồm nhiều biến dạng trong thay đổi cơ thể, chức năng hoạt động nhận thức và sức khỏe tâm thần. Như Dennis the Menace nhận xét người già thường là những người bị gạt khỏi xã hội. Tiếp cận tâm lý xã hội đối với tuổi già thừa nhận những vấn đề này.

Cuộc đời của Sandy phản ánh một số điểm quan trọng. Mức độ hoạt động của bà vẫn giữ nguyên không đổi trong suốt tuổi trưởng thành. Sự không đổi này rất phù hợp với thuyết liên tục, khuôn khổ đầu tiên được xem xét trong phần này. Khả năng duy trì mức độ ràng buộc này cho thấy có sự phù hợp giữa năng lực và môi trường bà đang sống như được đề cập trong thuyết Năng lực – áp lực môi trường trong cuối phần này.

THUYẾT LIÊN TỤC

Người ta luôn làm bất kỳ điều gì có lợi cho mình (Atchley, 1989). *Theo* thuyết Liên tục, *người ta thường có khuynh hướng thích ứng với cuộc sống thường nhật vào cuối tuổi trưởng thành bằng cách áp dụng các câu trả lời quen thuộc dựa trên kinh nghiệm trước đây để duy trì và bảo tồn cả cấu trúc bên trong lẫn bên ngoài.* Bằng cách hình thành trên và liên kết với đời sống quá khứ của cá nhân, thay đổi trở thành một phần của sự liên tục.

Vì thế, những hoạt động mới của Sandy tượng trưng cho cả thay đổi (vì chúng mới) lẫn tính liên tục (vì bà luôn tham gia hoạt động trong cộng đồng). Theo nghĩa này, tính liên tục tượng trưng một sự tiến hóa chứ không phải là sự cắt đứt hoàn toàn với quá khứ (Atchley, 1989).

Mức độ liên tục trong cuộc sống thường rơi vào một trong ba nhóm chung: quá ít, quá nhiều và tối ưu (Atchley, 1989). Tính liên tục quá ít là do suy nghĩ rằng cuộc sống không thể dự đoán được. Tính liên tục quá nhiều có thể tạo ra sự buồn chán hoặc vết mòn khả năng có thể dự đoán, nhưng hoàn toàn không đủ để thay đổi làm cho cuộc sống thêm phần thú vị.

Tính liên tục tối ưu đủ tạo ra thay đổi mang tính thử thách và tạo ra sự quan tâm nhưng không đến mức làm kiệt sức tài nguyên của cá nhân.

Tính liên tục có thể là bên trong hoặc bên ngoài (Atchley, 1989). Tính liên tục bên trong ám chỉ quá khứ bên trong nhớ được chẳng hạn như tính tình, kinh nghiệm, cảm xúc và kỹ năng, tóm lại, đây là nhận dạng cá nhân của một người. Tính liên tục bên trong cho phép bạn hiểu được mình lúc này nối kết với quá khứ trước đây ra sao cho dù hành vi hiện tại trông có vẻ khác. Tính liên tục bên trong tạo ra cảm giác mình có năng lực, thành thạo, bản ngã nguyên vẹn (được đề cập cuối chương), và thái độ tự trọng. Tính liên tục bên ngoài liên quan đến môi trường tự nhiên và xã hội nhớ được, mối quan hệ vai trò và hoạt động. Một người có cảm giác tính liên tục bên ngoài từ việc sống trong môi trường quen thuộc hoặc sống với những người thân chẳng hạn. Tính liên tục bên ngoài cung cấp sự hỗ trợ xã hội, thông tin phản hồi chính xác, sự thích ứng và mục tiêu tái hoàn thiện trong cuối đời.

Việc duy trì cả tính liên tục bên trong lẫn bên ngoài là điều rất quan trọng trong việc thích ứng khi về già (Atchley, 1989).

> ? **VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Thuyết nhân cách 5 yếu tố phù hợp với thuyết liên tục ra sao?

Chẳng hạn, tính gián đoạn bên trong, nếu ở mức độ đủ nghiêm trọng, có thể ảnh hưởng nghiêm trọng đối với sức khỏe tâm thần (Atchley, 1989). Quả thật, một trong những khía cạnh nguy hại nhất của bệnh Alzheimer là nó phá hủy tính liên tục bên trong khi cuốn sạch nhận dạng của cá nhân. Tương tự, tính gián đoạn bên ngoài cũng có hậu quả nghiêm trọng đối với sự thích nghi (Atchley, 1989). Chẳng hạn, nếu môi trường tự nhiên của bạn ngày càng trở nên khó dàn xếp thì kết quả rối loạn sẽ ăn mòn, gặm nhấm nhận dạng của bạn.

Rõ ràng, việc giám sát liệu một người có duy trì được tính liên tục bên trong và bên ngoài hay không là điều rất quan trọng. Thay đổi như thế nào trong cả hai ảnh hưởng đến sự thích nghi là tiêu điểm trong khuôn khổ năng lực – áp lực môi trường, vấn đề chúng ta đề cập vào lúc này.

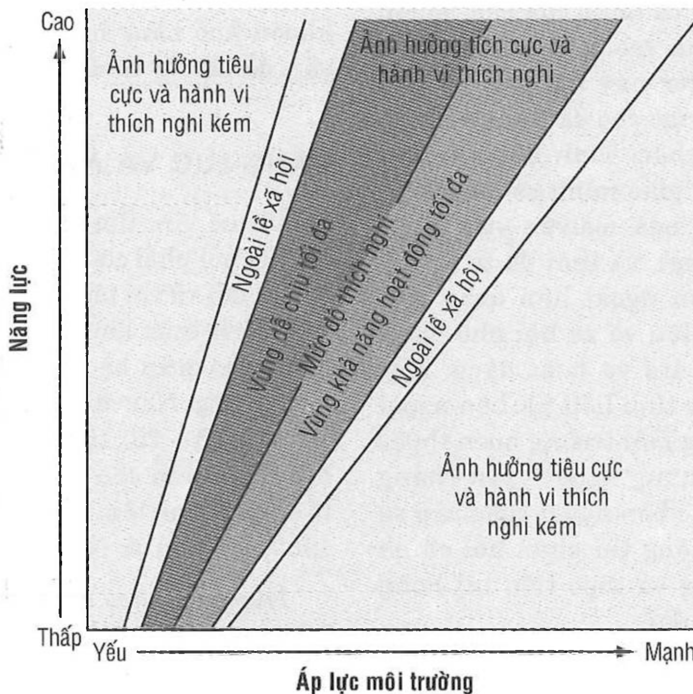
NĂNG LỰC VÀ ÁP LỰC MÔI TRƯỜNG

Vì thế việc tìm hiểu lão hóa tâm lý xã hội đòi hỏi phải chú ý đến nhu cầu cá nhân hơn là đối xử với tất cả người già như nhau. Một cách thực hiện điều này là phải tập trung vào quan hệ giữa năng lực và áp lực môi trường. Như được đề cập trong Chương 1 (trang 25 – 26), tiếp cận này là một minh họa điển hình cho thuyết kết hợp các yếu tố của mô hình tâm sinh học xã hội (Lawton, 1982; Lawton & Nahemow,1973).

Năng lực *theo định nghĩa là giới hạn trên của khả năng hoạt động chức năng của cá nhân trong năm lĩnh vực: sức khỏe cơ thể, kỹ năng nhận thức nhận cảm, kỹ năng vận động, kỹ năng nhận thức và sức*

mạnh bản ngã. Chúng ta đề cập hầu hết những lĩnh vực này trong Chương 13, sức mạnh bản ngã liên quan đến khái niệm chính trực của Erikson, sẽ đề cập sau trong chương này. Những lĩnh vực này được xem là làm nền tảng cho tất cả khả năng khác và phản ánh tác động sinh học, và tâm lý. Áp lực môi trường *ám chỉ yêu cầu tự nhiên, giữa cá nhân với nhau hoặc xã hội mà môi trường áp đặt cho cá nhân.* Yêu cầu tự nhiên là việc phải đi cầu thang hai ba tầng mới đến được căn hộ bạn ở. Yêu cầu giữa cá nhân với nhau bao gồm việc điều chỉnh mẫu hành vi của mình với các loại người khác nhau. Yêu cầu xã hội bao gồm việc giải quyết phù hợp với luật pháp hoặc tập quán đang áp đặt một số kỳ vọng nào đó đặc biệt con người. Những khía cạnh này trong thuyết phản ánh tác động sinh học, tâm lý và xã hội. Cả năng lực lẫn áp lực môi trường thay đổi khi con người sống qua các quãng đời, bạn có khả năng làm được điều gì lúc 5 tuổi khác với điều gì bạn có thể làm được lúc 25, 45, 65, hoặc 85 tuổi. Tương tự, yêu cầu của môi trường áp đặt lên bạn sẽ thay đổi theo độ tuổi của bạn. Vì thế, khuôn khổ năng lực – áp lực môi trường cũng phản ánh các yếu tố chu kỳ đời sống.

Mô hình năng lực và áp lực môi trường theo mô tả trong hình vẽ thể hiện mối quan hệ của cả hai. Năng lực từ thấp đến cao được mô tả trên trục tung, và áp lực môi trường từ yếu đến mạnh được mô tả trên trục hoành. Điểm trong biểu đồ mô tả sự kết hợp khác nhau của cả hai. Quan trọng nhất, vùng tô bóng chứng minh rằng hành vi thích nghi và ảnh hưởng tích cực có thể là do nhiều kết hợp khác nhau giữa năng lực và mức độ áp lực. Mức độ thích nghi *là vùng mức áp lực trung bình đối với một mức năng lực cụ thể, đây là nơi hành vi và ảnh hưởng đều bình thường. Chỉ tăng áp lực một chút thường cải thiện hoạt động, vùng này trên hình được gọi là* vùng khả năng hoạt động tối đa. *Chỉ giảm áp lực một chút tạo ra* vùng dễ chịu tối đa *trong vùng này người ta có thể sống hạnh phúc không phải lo lắng về yêu cầu của*



Lawton & Nahemow, 1973.

môi trường. Sự kết hợp năng lực và áp lực môi trường rơi vào một trong hai vùng này dẫn đến kết quả có hành vi thích nghi và ảnh hưởng tích cực, chuyển thành chất lượng đời sống cao.

Khi người ta đi xa khỏi những vùng này thì hành vi ngày càng thích nghi kém và ảnh hưởng sẽ trở nên tiêu cực. Cũng nên lưu ý những kết quả này có thể là do nhiều kết hợp khác nhau và nhiều lý do khác nhau tạo ra. Chẳng hạn, quá nhiều yêu cầu môi trường đối với cá nhân có năng lực thấp và quá ít yêu cầu đối với cá nhân có năng lực cao đều dẫn đến kết quả hành vi thích nghi kém và ảnh hưởng tiêu cực.

Biểu đồ này có ý nghĩa gì đối với tuổi già? Có phải tuổi già đơn thuần là một phương trình liên quan đến một số biến số hay không? Điều quan trọng cần phải nhận biết về mô hình năng lực và áp lực môi trường là mỗi người đều có khả năng làm cho thể chất thích nghi với một số tình huống sống nhưng không phải đối với tất cả. Con người có hoạt động chức năng tốt hay không tùy thuộc vào việc họ có khả năng làm gì để phù hợp với những gì môi trường buộc họ phải làm. Khi khả năng phù hợp với yêu cầu thì con người sẽ thích nghi, khi không phù hợp thì con người thích nghi kém. Trong quan điểm này, tuổi già không gì khác hơn một phương trình, khi phải xác định sự phù hợp nhất trên cơ sở cá nhân.

Bằng cách nào người ta giải quyết những thay đổi trong sự kết hợp cụ thể giữa áp lực môi trường (chẳng hạn như điều chỉnh thích nghi với một tình huống sống mới) và năng lực (có lẽ do bệnh tật)? Con người phản ứng theo hai cách cơ bản (Lawton, 1989). *Khi con người chọn hành vi mới để đáp ứng yêu cầu hoặc nhu cầu mới, thì họ thể hiện* tính đồng thuận *và kiểm soát được cuộc sống của mình. Trái lại, khi người ta chấp nhận tình huống ra lệnh các tùy chọn mà họ phải có thì họ thể hiện* tính dễ bảo *và ít có sự kiểm soát.*

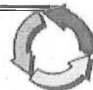
? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tiếp cận năng lực – áp lực môi trường giúp giải thích chiến lược thích ứng nào hoạt động tốt nhất trong một tình huống cụ thể?

Lawton (1989) lập luận rằng tính đồng thuận có nhiều khả năng xảy ra ở người có năng lực tương đối cao và tính dễ bảo ở người có năng lực tương đối thấp.

Mô hình được nhiều nghiên cứu ủng hộ. Chẳng hạn, mô hình giải thích tại sao người ta lại chọn những hoạt động mà mình đang làm (Lawton, 1982), dọn sang ở trong các loại nhà ở cụ thể (Lawton, 1982), và cần sử dụng một số mức độ kiểm soát đối với cuộc sống của mình (Langer & Rodin, 1976). Tóm lại, có giá trị đáng kể trong quan điểm cho rằng tuổi già là sự tương tác phức tạp giữa mức năng lực và áp lực môi trường của cá nhân, được dàn xếp có chọn lọc. Mô hình này có thể áp dụng trong nhiều bối cảnh khác nhau.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: TÌM NƠI BẠN PHÙ HỢP



Mô hình năng lực và áp lực môi trường của Lawton và Nahemow là một minh họa điển hình của khuôn khổ tâm sinh học xã hội. Năng lực có thể được xem là kết quả của ảnh hưởng kép giữa tác động sinh học và tâm lý. Như chúng ta đã thấy, năng lực được phản ánh trong khả năng tự nhiên và trong khuôn khổ vốn tiết mục hành vi của một người. Chẳng hạn, khi sức khỏe của một người giảm sút (và các tác động sinh học tăng thêm tầm quan trọng) thì năng lực giảm sút. Hoặc khi một người tập quen các chiến lược thích ứng mới (và tác động tâm lý tăng thêm biên độ) thì năng lực cải thiện. Tương tự, áp lực môi trường phản ánh ảnh hưởng của tác động xã hội. Như chúng ta đã biết, yêu cầu của người khác, hàng xóm, hoặc xã hội nói chung đòi hỏi rất nhiều khả năng tự nhiên và tâm lý của một người.

Vị trí của một người trong quãng đời tạo ra sự khác biệt trong cách giải thích sự tăng giảm tương đối trong năng lực và áp lực môi trường. Trẻ nhỏ được cho rằng có ít năng lực, vì thế chúng ta cố gắng bảo vệ trẻ tránh các mức yêu cầu cao của môi trường. Những người đầu tuổi trưởng thành được cho rằng có khả năng giải quyết các yêu cầu cao hơn nhiều, vì chúng ta nghĩ rằng những người này đang có nhiều năng lực hơn. Người già có thể cảm nhận được sự giảm sút trong năng lực, vì thế chúng ta cần tìm cách giảm bớt yêu cầu đối với người già.

Nói chung, khuôn khổ năng lực và áp lực môi trường có thể hữu dụng trong việc giúp con người tìm ra sự phù hợp nhất để cân đối khả năng của mình với yêu cầu áp đặt. Chúng ta cũng thấy khuôn khổ của Lawton và Nahemow là phương pháp giúp con người cân đối các tác động trong khuôn khổ tâm sinh học xã hội.

TỰ KIỂM TRA

1. Tiền đề chính của thuyết ______ cho rằng con người có những chọn lựa thích nghi để duy trì và bảo tồn cấu trúc bên trong và bên ngoài hiện có.
2. Khả năng hoạt động chức năng của một người trong một số lĩnh vực quan trọng gọi là ______, trong khi yêu cầu áp đặt vào một người từ các nguồn bên ngoài gọi là ______.
3. Thuyết Liên tục kết hợp các khía cạnh trong mô hình Tâm sinh học xã hội ra sao?

Trả lời: (1) Liên tục, (2) năng lực, áp lực môi trường

PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH KHI VỀ GIÀ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tính toàn vẹn khi về già là gì? Làm thế nào người ta được toàn vẹn?**
- **Thể chất ở tuổi trưởng thành được định nghĩa? Người ta nhận xét về mình khác nhau ra sao khi càng lớn tuổi?**
- **Tín ngưỡng đóng vai trò gì khi về già?**

Phát triển nhân cách khi về già

Tính toàn vẹn so với thất vọng

Thể chất và cái tôi có thể khi về già

Tín ngưỡng và hỗ trợ tinh thần

OLIVE *là một bà lão 88 tuổi vẫn còn hoạt bát, nhanh nhẹn, thường dành thời gian để suy nghĩ và hồi tưởng về quá khứ của mình nhiều hơn trước đây. Lúc này bà cũng thường ít chỉ trích, phê bình về những quyết định cách đây nhiều năm. Olive nhớ lại hình ảnh của người phụ nữ lý tưởng của mình và kết luận rằng mình gần đạt được giống như thế. Olive tự hỏi có phải quá trình phản ánh này là điều mà hầu hết người già đều trải qua hay không.*

Hãy dành ít phút nghĩ về một người già mà bạn biết rõ. Có thể đó là ông bà, đồng nghiệp, hoặc người quen biết trong xóm. Thực sự họ như thế nào? Lúc này họ nhận xét về mình ra sao? Họ có hình dung vài năm nữa cuộc đời của họ sẽ ra sao hay không? Họ nhận xét về mình trong quá khứ như thế nào?

Những câu hỏi này đã làm đau đầu nhiều tác giả trong nhiều năm. Cách đây

một thế kỷ, William James (1890), một trong những người tiên phong trong ngành Tâm lý học, nhận xét rằng nét nhân cách của một người được ấn định vào đầu tuổi trưởng thành. Một số nhà nghiên cứu đồng ý, như chúng ta đã thấy trong Chương 12, một số khía cạnh nhân cách vẫn còn tương đối ổn định trong suốt tuổi trưởng thành. Nhưng người ta cũng thay đổi theo những cách quan trọng, theo lập luận của Carl Jung (1960/1931), bằng cách kết hợp các khuynh hướng đối lập, như các nét nam tính và nữ tính. Erik Erikson (1982) cho rằng sự phát triển nhân cách phải mất cả đời, qua nhiều giai đoạn.

Trong phần này, chúng ta tìm hiểu những người như Olive kết hợp những mảnh sau cùng vào trò chơi ghép hình nhân cách ra sao, để tìm hiểu các khía cạnh nhân cách quan trọng tiếp tục phát triển vào cuối đời ra sao. Vấn đề tính toàn vẹn, quá trình qua đó người ta cố làm cho cuộc sống của mình có ý nghĩa sẽ được chúng ta tìm hiểu trước. Kế đến, chúng ta tìm hiểu thể chất có được bằng cách nào, và những khát vọng cá nhân đóng vai trò ra sao. Sau cùng, chúng ta sẽ nghiên cứu tín ngưỡng là một khía cạnh quan trọng trong đời sống của nhiều người già như thế nào.

TÍNH TOÀN VẸN SO VỚI THẤT VỌNG

Khi người ta già, thì họ bắt đầu cuộc đấu tranh tính toàn vẹn so với thất vọng, *bao gồm quá trình qua đó người ta cố tìm hiểu ý nghĩa cuộc sống của mình.* Theo Erikson (1982), cuộc đấu tranh này diễn ra khi người già như Olive cố tìm hiểu cuộc sống theo nghĩa tương lai của gia đình và cộng đồng. Suy nghĩ về cái chết của chính mình được cân đối bằng cách thừa nhận rằng họ sẽ sống nương tựa vào con, cháu, chắt và cộng đồng nói chung. Sự thừa nhận này tạo ra những gì mà Erikson gọi là “tham gia khẳng định cuộc sống”.

Cuộc đấu tranh tính toàn vẹn so với thất vọng đòi hỏi phải tiến hành điểm lại cuộc đời, *quá trình qua đó con người hồi tưởng các sự kiện và kinh nghiệm mình có được trong khoảng thời gian mình sống.* Để đạt được tính toàn vẹn, cá nhân phải hoà hợp với những chọn lựa và sự kiện đã làm cho cuộc sống của mình trở nên độc đáo. Cũng phải chấp nhận thực tế rằng cuộc sống của cá nhân đang đến hồi kết thúc. Việc hồi tưởng lại quá khứ có thể giải quyết một số phỏng đoán quyết định thứ hai có thể xảy ra vào đầu tuổi trưởng thành (Erikson, Erikson, & Kivnick, 1986). Người ta không chắc liệu mình có sự chọn lựa đúng liên quan đến con cái hay không, lúc này cảm thấy hài lòng rằng sự việc sau cùng cũng ổn. Trái lại, có người cảm thấy cay đắng, chua xót về những chọn lựa của mình, tự khiển trách mình hoặc đổ lỗi cho người khác gây ra cảnh bất hạnh của con cháu, cho rằng cuộc đời của mình vô nghĩa và rất sợ chết. Những người này kết thúc bằng thất vọng hơn là tính toàn vẹn.

Nghiên cứu chứng minh có sự kết hợp giữa việc tiến hành điểm lại cuộc đời và đạt đến tính toàn vẹn. Trong một nghiên cứu, người già ở nhà là một phần trong chương trình phân công người già nhớ lại và điểm lại cuộc đời mình cho thấy có sự cải thiện đáng kể trong sự hài lòng với cuộc sống, suy nghĩ tích cực và các triệu chứng trầm cảm, so với người già ở nhà không tham gia chương trình (Haight, 1992). Những cải thiện này vẫn còn thấy rõ hai tháng sau khi chương trình kết thúc.

Ai đạt đến tính toàn vẹn? Erikson (1982) nhấn mạnh không có một con đường duy nhất. Giống như những người trong ảnh trang 600, họ đến từ nhiều nền tảng và văn hóa khác nhau. Những người như thế có nhiều chọn lựa khác nhau và theo đuổi nhiều cách sống khác nhau, ai cũng có cơ hội này. Những người đạt đến tính toàn vẹn hài lòng với bản thân và tự khẳng định mình, họ đánh giá cuộc đời



? **VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**

Những gì bạn nghĩ có phải là một số cái tôi ao ước và đáng sợ từng gặp đối với người già hay không?

của mình là đáng giá, tốt đẹp. Họ rất hạnh phúc khi có cuộc đời như thế.

THỂ CHẤT VÀ CÁI TÔI CÓ THỂ KHI VỀ GIÀ

Người già nhận xét về mình ra sao? Theo truyền thống, các nhà nghiên cứu giải quyết vấn đề này bằng cách hỏi người già xem vào lúc này họ nhận xét ra sao về mình (Lawton, 1984). Từ quan điểm quãng đời, cách tốt hơn để trả lời câu hỏi này lẽ ra là phải để người già kể lại ngay lúc này họ nhận xét về mình ra sao so với họ nhớ về mình trong quá khứ như thế nào và họ sẽ hướng về đâu trong tương lai.

Khía cạnh khái niệm về cái tôi của con người mô tả họ sẽ trở thành ai, họ thích trở thành ai và họ sợ phải trở thành ai gọi là cái tôi có thể. Cái tôi có thể giúp chúng ta hiểu biết về khái niệm về cái tôi của mình (Markus & Nurius, 1986). Những gì chúng ta có thể hoặc thích trở thành thường phản ánh mục tiêu cá nhân, chúng ta muốn bản thân sẽ trở thành ông bà hiểu biết khi về già. Những gì chúng ta sợ trở thành phản ánh nỗi sợ của chúng ta, chúng ta sợ trở thành gánh nặng của gia đình khi chúng ta lớn tuổi.

Sự khác biệt độ tuổi thấy rõ trong cái tôi có thể. Chẳng hạn, Cross và Markus (1991) yêu cầu nhiều người từ 18 đến 86 tuổi mô tả cái tôi có thể ao ước và đáng sợ của mình. Những người đầu tuổi trưởng thành (18 – 24 tuổi) liệt kê quan tâm về gia đình thường xuyên nhất, nhất là kết hôn với “đúng người”. Thật thú vị, những người từ 25 – 39 tuổi lại liệt kê quan tâm gia đình sau cùng, mục tiêu lớn nhất của họ là cá nhân, chẳng hạn như trở thành một người đáng yêu và đáng quan tâm hơn. Những người từ 40 – 59 tuổi trở lại vấn đề gia đình đối với cái tôi có thể của mình, chủ yếu quan tâm đến khả năng “cứ để” con cái chọn. Sau cùng, những người từ 60 – 86 tuổi xem vấn đề cá nhân là quan trọng nhất đối với cái tôi có thể của mình như vẫn còn hoạt động và khoẻ mạnh.

Đặc điểm chung này khảo sát các vấn đề mà hầu hết cái tôi có thể ảnh hưởng nhiều nhất biểu thị rằng cái tôi có thể quan trọng nhất khác nhau tùy theo độ tuổi. Nhưng những vấn đề này được phản ánh trong khía cạnh thể chất cá nhân ra sao? Sự khác nhau độ tuổi trong cái tôi có thể tùy thuộc vào liệu một người có dự đoán tương lai hoặc nghĩ về quá khứ hay không? Những câu hỏi như thế đòi hỏi một tiếp cận phức tạp hơn.

Đây chính là điều Ryff (1991) đã làm. Trong một loạt nghiên cứu hấp dẫn, bà định nghĩa lại ý nghĩa của thể chất ở tuổi trưởng thành và chứng minh nhận xét về mình của người lớn khác nhau trong nhiều thời điểm khác nhau trong tuổi trưởng thành. Căn cứ vào câu trả lời của hàng trăm người lớn, Ryff (1989b, 1991) nhận dạng sáu khía cạnh thể chất tâm lý đối với người lớn và phát hiện rằng có nhiều sự khác biệt độ tuổi và giới tính quan trọng trong thể chất dựa trên thành phần này.

- *Chấp nhận bản thân:* có quan điểm tích cực về mình, nhận biết và chấp nhận nhiều phần của bản thân, có suy nghĩ tích cực về quá khứ trước đây.
- *Quan hệ tích cực với người khác:* có mối quan hệ tình cảm, thoả mãn với mọi người, quan tâm đến phúc lợi của họ, tỏ thái độ thấu cảm, thân mật và tình cảm với họ, và hiểu tính có qua có lại trong các mối quan hệ.
- *Tính tự quản:* độc lập và quyết đoán về cuộc sống của chính mình, có khả năng chịu được các áp lực xã hội bắt phải suy nghĩ hoặc hành xử theo cách cụ thể, đánh giá cuộc đời của mình bằng các tiêu chuẩn bên trong.
- *Hiểu rõ môi trường:* có khả năng khai thác, kiểm soát và sử dụng hiệu quả các tài nguyên và cơ hội.
- *Mục đích trong cuộc sống:* có mục tiêu và ý thức chiều hướng trong cuộc đời mình, suy nghĩ rằng cuộc sống hiện tại và quá khứ đều có ý nghĩa, có lý do để sống.
- *Phát triển cá nhân:* cảm thấy mình cần phải cải thiện cá nhân liên tục, tự xem mình thích hợp hơn và sẵn sàng đón nhận kinh nghiệm mới, phát triển hiểu biết về mình và tính hiệu quả của cá nhân.

Những khía cạnh thể chất này thay đổi ra sao trong tuổi trưởng thành? Phần Nghiên cứu nổi bật có lời đáp.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: QUAN ĐIỂM VỀ ĐỜI SỐNG: THỂ CHẤT VÀ TUỔI GIÀ



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Người ta nhận xét về mình ra sao là một phần quan trọng trong ý thức thể chất của họ. Tuy nhiên, nghiên cứu trước đây về thể chất khi về già được tiến hành không có hướng dẫn lý thuyết (Ryff, 1989a). Do đó, nhiều nhà nghiên cứu tiếp cận thể chất từ quan điểm mất mát, nghĩa là, các nhà nghiên cứu giả định rằng thể chất như khả năng tự nhiên, là một điều gì đó giảm sút khi con người lớn tuổi. Carol Ryff (1989a) bất đồng với quan điểm mất mát này và đưa ra các mô tả của mình. Bà cho rằng thể chất là một vấn đề phức tạp hơn và có thể cải thiện khi về già.

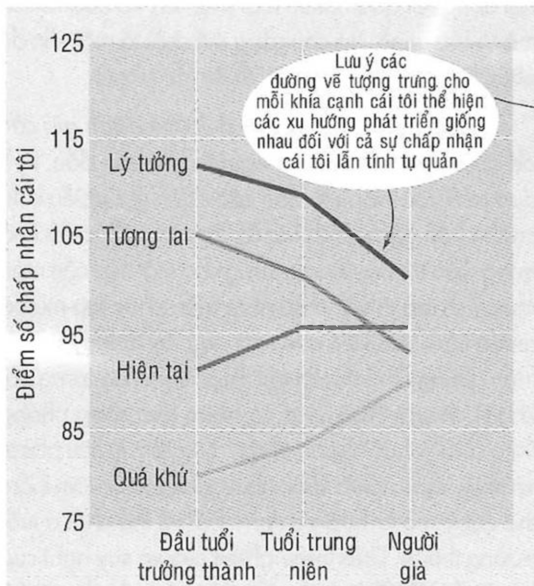
Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Trong các nghiên cứu ban đầu, Ryff đưa ra nhiều thang tự báo cáo đánh giá nhiều khía cạnh nhân cách và thể chất. Phương pháp của bà trong điều tra này tượng trưng cho một tiếp cận mới, mục đích mô tả các mẫu phát triển phức tạp mà bà muốn tìm hiểu. Tiếp cận mới này lấy từ thuyết Phát triển quãng đời (như thuyết được trình bày trong bài khoá), thuyết Phát triển cá nhân lâm sàng phỏng theo các kỹ thuật thành công trong tâm lý liệu pháp, và nhiều định nghĩa khác nhau về sức khỏe tâm thần, thu được mô tả hoàn chỉnh nhất về thể chất ở tuổi trưởng thành. Dựa trên nghiên cứu và suy nghĩ của bà, Ryff (1989b) phát triển một cách đánh giá thể chất mới phản ánh mô hình sáu khía cạnh được đề cập bên trên. Cách đánh giá mới này giúp bà có được cách đánh giá của nhiều người về việc ngay lúc này họ có nhận xét về mình ra sao, trong quá khứ họ như thế nào và trong tương lai họ sẽ ra sao, và họ thích nhất trở thành ai.

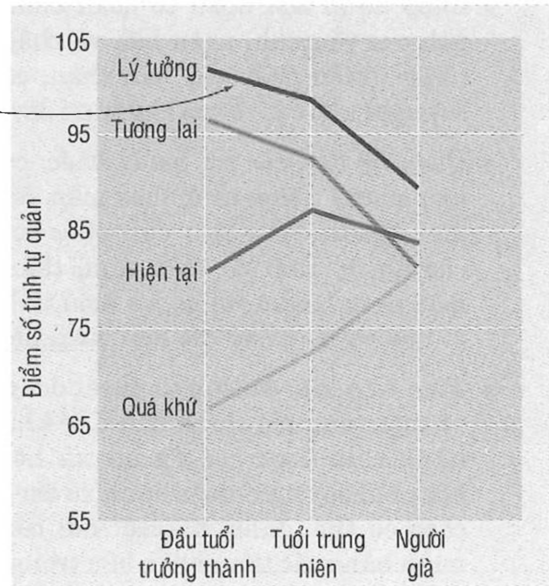
Ai là người tham gia nghiên cứu? Có tất cả 308 thanh niên, trung niên, người già cả hai phái tham gia. Người ở tuổi trung niên và người già được liên lạc thông qua các tổ chức dân sự và cộng đồng. Tất cả người tham gia tương đối có trình độ cao.

Thiết kế nghiên cứu là gì? Ryff sử dụng một thiết kế cắt ngang so sánh các nhóm đầu tuổi trưởng thành, tuổi trung niên và người già.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Không có sự quan tâm nghiêm túc, mỗi người tham gia đều biết mục đích của nghiên cứu và sự tham gia mang tính tự nguyện.

Kết quả ra sao? Khám phá quan trọng nhất trong nghiên cứu của Ryff là những người đầu tuổi trưởng thành, tuổi trung niên và người già có nhiều nhận xét khác hẳn về mình, tùy theo việc liệu họ có mô tả hiện tại, quá khứ, tương lai hoặc nhận thức về cái tôi lý tưởng hay không. Biểu đồ bên trái trang 602 cho thấy con người ở đầu tuổi trưởng thành và tuổi trung niên hài lòng với cái tôi lý tưởng và tương lai của mình nhiều hơn cái tôi hiện tại và quá khứ. Đối với người già, sự khác biệt nhỏ hơn nhiều. Biểu đồ bên phải (trang 602) thể hiện một





Ryff,1991.

mẫu tính tự quản tương tự, có cảm giác mình độc lập và quyết đoán về cuộc sống của riêng mình.

Có lẽ chứng cứ thú vị nhất trong nghiên cứu của Ryff liên quan đến sự khác nhau giữa nhận xét lý tưởng về mình và những gì người ta nghĩ là thật sự giống như thế. Nếu nhìn kỹ biểu đồ, bạn sẽ nhận thấy sự khác biệt giữa đánh giá "cái tôi lý tưởng" và đánh giá "cái tôi hiện tại" giảm bớt theo độ tuổi. Khi được kết hợp với các chứng cứ tương tự trong các khía cạnh thể chất khác, điều này ngụ ý rằng người già tự nhận xét về mình gần giống với con người mà mình muốn trở thành hơn bất kỳ nhóm độ tuổi khác. Dữ liệu của Ryff khớp với quan điểm tính toàn vẹn của Erikson (1982) khi người ta có được tính toàn vẹn, họ ít phê phán quá khứ của mình hơn và hài lòng với cuộc sống hiện có.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Như Ryff (1991) lưu ý, chỉ bằng cách bao gồm tất cả những cách tự đánh giá này chúng ta mới biết được ý thức của con người về sự tiến bộ hoặc giảm sút của cá nhân qua thời gian từ mục tiêu hoạt động chức năng lý tưởng. Rõ ràng, con người tự đánh giá mình bằng nhiều tiêu chuẩn, và những tiêu chuẩn này khác nhau theo độ tuổi.

TÍN NGƯỠNG VÀ HỖ TRỢ TINH THẦN

Khi đối mặt với các vấn đề trong sinh hoạt thường nhật, hầu hết người già phải làm gì để tự thích ứng? Theo nghiên cứu, người già sử dụng đức tin tôn giáo của mình nhiều hơn các khía cạnh khác kể cả gia đình hoặc bạn bè (McFadden, 1996). Khi được yêu cầu mô tả phương pháp giải quyết vấn đề thường xuyên nhất của mình trong cuộc sống, gần một nửa số người được khảo sát trong một nghiên cứu liệt kê các chiến lược thích ứng đi kèm với tín ngưỡng (Koenig, George, & Siegler, 1988). Trong số này, phương pháp được sử dụng thường xuyên nhất là đạt sự tin tưởng tuyệt đối vào Chúa, cầu nguyện và nhận được sức mạnh và sự giúp đỡ của Chúa. Những chiến lược này cũng được sử dụng để làm tăng các biện pháp thích ứng khác. Vợ chồng chăm sóc cho người bạn đời mắc bệnh Alzheimer cũng báo cáo sử dụng tôn giáo làm cơ chế thích ứng chính (Ishler và người khác, 1998).

Các nhà nghiên cứu ngày càng tập trung vào sự hỗ trợ tinh thần, *bao gồm việc tìm kiếm sự chăm sóc của mục sư, sự tham gia vào các hoạt động tôn giáo có tổ chức và không tổ chức, và bày tỏ đức tin tuyệt đối vào Chúa vốn là người chăm sóc mọi người như một yếu tố quan trọng trong công việc tìm hiểu người già thích ứng ra sao.* McFadden (1996) nêu rõ thậm chí khi



bị căng thẳng ở mức cao, những người như các nhà sư Phật giáo như trong ảnh thường dựa vào sự hỗ trợ tinh thần báo cáo cảm thấy thể chất cá nhân khỏe hơn. Krause (1995) báo cáo cảm nghĩ về giá trị cá nhân thấp nhất ở người già có rất ít sự ràng buộc tôn giáo, một chứng cứ được ủng hộ bằng nghiên cứu giữa các nền văn hóa ở tín đồ đạo Hồi, đạo Hindus, và đạo Sikh (Mehta, 1997). Tuy nhiên, Pargament cùng đồng nghiệp (1995) cũng nhận thấy tầm quan trọng của sự khác biệt cá nhân trong tính hiệu quả của sự hỗ trợ tinh thần, vì một số người được giúp đỡ nhiều hơn người khác, một số vấn đề dễ bảo hơn khi thích ứng tôn giáo, và một số loại thích ứng tôn giáo này có thể hiệu quả hơn một số loại thích ứng tôn giáo khác.

Sự dựa vào tôn giáo trong những thời điểm căng thẳng có vẻ đặc biệt quan trọng đối với nhiều người Mỹ gốc Phi, họ trong tư cách một nhóm rất thành tâm tham gia các hoạt động tôn giáo (Levin, Taylor, & Chatters, 1994). Nhà thờ thường là nguồn hỗ trợ xã hội đáng kể đối với cộng đồng người Mỹ gốc Phi, cũng như đảm nhận một chức năng quan trọng: tích cực ủng hộ công bằng xã hội (Roberts, 1980). Chẳng hạn, phong trào dân quyền trong thập niên 1950 và 1960 do tiến sĩ Martin Luther King, Jr., vốn là một mục sư giáo phái Baptist, lãnh đạo, và các giáo đoàn đương thời thường đi đầu trong phong trào đấu tranh đòi quyền bình đẳng. Vai trò của nhà thờ trong đời sống của người Mỹ gốc Phi là vai trò trung tâm, quả thật, một trong những dấu hiệu dự đoán quan trọng của sự hài lòng trong cuộc sống ở người Mỹ gốc Phi là dự lễ nhà thờ thường xuyên (Coke, 1992).

Trong cộng đồng người Mỹ gốc Phi, tôn giáo đặc biệt quan trọng đối với nhiều phụ nữ. Ý nghĩa quan trọng hơn nữa của nhà thờ trong cuộc sống của những phụ nữ Mỹ gốc Phi lớn tuổi này được xác nhận qua kết quả của bốn khảo sát người lớn Mỹ gốc Phi trên toàn quốc (Levin, Taylor, & Chatters, 1994). Số phụ nữ tham gia báo cáo rằng họ tích cực hơn trong các nhóm của nhà thờ và dự lễ thường xuyên hơn nam giới Mỹ gốc Phi hoặc người Mỹ gốc Âu cả hai phái. Tuy nhiên, sự khác biệt giới tính giảm ở những người trên độ tuổi 70, trong số những người tham gia, tôn giáo cũng đặc biệt quan trọng đối với nam giới Mỹ gốc Phi lớn tuổi hơn. Tôn giáo và hỗ trợ tinh thần đối với nhiều người chăm sóc Mỹ gốc Phi được xem là tài nguyên quan trọng hơn người chăm sóc Mỹ gốc Âu (Picot và người khác, 1997).

Nhiều người lớn tuổi có dòng máu Mexico kế thừa lại chọn tiếp cận khác. Nghiên cứu cho thấy họ sử dụng *la fé de la gente* ("đức tin của con người ") làm chiến lược thích ứng (Villa & Jaime, 1993). Khái niệm *fé* kết hợp các mức độ đức tin, tâm linh, hi vọng, giá trị văn hóa và niềm tin khác nhau. *Fé* không hẳn ngụ ý rằng con người phải đồng nhất với một cộng đồng tôn giáo cụ thể, đúng ra họ nên đồng nhất với giá trị văn hóa hoặc ý thực hệ.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Các yếu tố tâm lý và văn hóa xã hội gì làm cho tôn giáo và sự hỗ trợ tinh thần trở nên quan trọng đối với các nhóm thiểu số?

Ở nhiều người Mỹ bản xứ, những người lớn tuổi là những người giữ sự hiểu biết, là kho chứa nhiều triết lý và phương pháp thiêng liêng mở rộng vô hạn ngược thời gian (Wall & Arden, 1990). Người giữ sự hiểu biết cũng có chung giấc mơ và ảo tưởng, thực hiện các nghi thức chữa bệnh, và đưa ra nhiều tiên đoán khải huyền. Vị trí của những người giữ sự hiểu biết trong bộ lạc còn quan trọng hơn vị trí của những người lãnh đạo tôn giáo trong xã hội phương Tây.

Các nhà cung cấp dịch vụ cũng được khuyên rằng phải ghi nhớ tầm quan trọng của tôn giáo tự báo cáo trong cuộc sống của nhiều người già khi thiết kế các biện pháp can thiệp để giúp họ thích ứng với các tác nhân gây căng thẳng trong cuộc sống. Chẳng hạn, người già có thể sẵn sàng nói chuyện với mục sư của mình về một vấn đề cá nhân hơn là nói với nhà trị liệu tâm lý. Tuy nhiên, khi làm việc với những người có dòng máu Mexico kế thừa, thì nhà cung cấp nên nhận biết rằng nguyên nhân gây khó chịu nhất cho nhóm này là thiếu sự tương tác và hỗ trợ của gia đình. Nói chung, nhiều nhà thờ đưa ra một dải rộng các chương trình để hỗ trợ người già nghèo hoặc phải sống trong nhà cộng đồng. Những cấu trúc như thế có thể dễ chịu hơn đối với những người được phục vụ hơn là các chương trình dựa trên các tổ chức phục vụ xã hội. Muốn thành công, nhà cung cấp dịch vụ phải có quan điểm về cuộc sống giống với khách hàng của mình.

TỰ KIỂM TRA

1. Theo Erikson, cuộc đấu tranh mà người già đối mặt gọi là ______.
2. Theo Ryff, sáu khía cạnh quan trọng của thể chất là chấp nhận cái tôi, quan hệ tích cực với người khác, tính tự quản, hiểu biết môi trường, mục đích trong cuộc sống và ______.
3. Phương pháp thích ứng với căng thẳng trong cuộc sống được báo cáo thường xuyên nhất ở người già là ______.
4. Dựa trên nghiên cứu của Ryff, được đề cập trong phần này, bạn nghĩ sẽ có những lĩnh vực tốt để can thiệp nhằm cải thiện thể chất của người già hay không?

Trả lời: (1) tính toàn vẹn so với thất vọng, (2) phát triển cá nhân, (3) tôn giáo và hỗ trợ tinh thần

---

TÔI TỪNG LÀM VIỆC Ở...: CUỘC SỐNG KHI NGHỈ HƯU

Mục tiêu nghiên cứu

- **Nghỉ hưu có nghĩa là gì?**
- **Tại sao người ta nghỉ hưu ?**
- **Người về hưu hài lòng như thế nào?**
- **Nghỉ hưu có ảnh hưởng cụ thể gì trong việc duy trì quan hệ gia đình và cộng đồng?**

Tôi từng làm việc ở ... : Cuộc sống khi nghỉ hưu

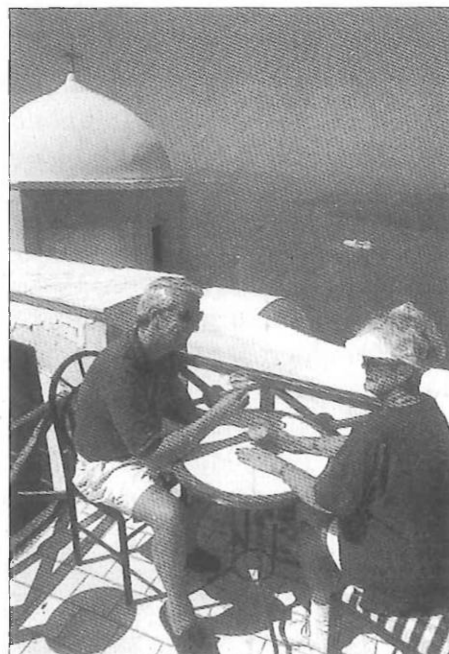
Nghỉ hưu có nghĩa gì?

Tại sao người ta nghỉ hưu?

Điều chỉnh để nghỉ hưu

Ràng buộc giữa cá nhân với nhau

MARCUS là một công nhân xây dựng 77 tuổi đã nghỉ hưu, trong suốt đời đã lao động miệt mài. Ông để dành được một ít tiền nhưng ông và vợ chủ yếu sống nhờ vào trợ cấp An sinh xã hội hàng tháng. Mặc dù không giàu nhưng họ cũng đủ trang trải. Nói chung, Marcus rất hài lòng với sự nghỉ hưu, ông luôn liên lạc với bạn bè. Ông nghĩ có thể mình hơi khác một chút khi nghe người ta nói những người về hưu thường sống đơn độc và cô lập.



Có lẽ bạn sẽ cho là đương nhiên nếu vào một ngày nào đó, sau khi làm việc nhiều năm rất có năng suất, bạn lại nghỉ hưu. Nhưng bạn có biết cho đến năm 1934, khi công đoàn ngành đường sắt tài trợ cho sự nghỉ hưu bắt buộc thì vào năm 1935, bắt đầu có An sinh xã hội, thì sự nghỉ hưu không được hầu hết người Mỹ như Marcus phải cân nhắc, nghĩ ngợi (Sterns & Gray, 1999)? Chỉ sau Thế chiến II số lượng người nghỉ hưu ở Mỹ mới đáng kể (Elder & Pavalko, 1993). Ngày nay, con số tăng lên nhanh chóng, và khái niệm con người làm việc trong một thời gian cụ thể rồi sau đó nghỉ hưu được xây dựng trên sự kỳ vọng của chúng ta đối với công việc. Như đã nêu trong Chương 11, số lượng nhân viên tuổi trung niên đang gia tăng hoặc nghỉ hưu trước tuổi 65 hoặc lên kế hoạch nghỉ hưu.

Trong tiết này, chúng ta khảo sát đối với người già nghỉ hưu là gì. Chúng ta sẽ tìm hiểu những người như Marcus khi nghiên cứu định nghĩa về sự nghỉ hưu, tại sao người ta nghỉ hưu, con người thích nghi với việc nghỉ hưu ra sao, và nghỉ hưu ảnh hưởng đến mối quan hệ giữa cá nhân với nhau như thế nào.

NGHỈ HƯU CÓ NGHĨA GÌ?

Bạn hãy dành ít phút để nhìn bức ảnh. Bạn có thể chọn ra người nào khẳng định mình đã "nghỉ hưu" hay không? Hóa ra sự nghỉ hưu khó xác định hơn việc đoán độ tuổi của một người (Ekerdt & DeViney, 1990; Henretta, 1997). Một cách là phải đánh đồng sự nghỉ hưu với sự rút lui hoàn toàn ra khỏi lực lượng lao động. Nhưng định nghĩa này vẫn chưa đủ, nhiều người nghỉ hưu vẫn tiếp tục làm việc bán thời gian (Mutchler và người khác, 1997; Ruhm, 1990). Khả năng có thể khác là phải định nghĩa sự nghỉ hưu như một tình trạng mô tả cái tôi. Tuy nhiên, định nghĩa này vẫn không thích hợp vì một số người Mỹ gốc Phi xác định mình bằng những tên gọi khác "nghỉ hưu" để có đủ tiêu chuẩn tham gia một số chương trình phục vụ xã hội (Gibson, 1991).

Một phần của lập luận, thật khó định nghĩa sự nghỉ hưu một cách chính xác là quyết định nghỉ hưu bao gồm sự đánh mất nhận dạng nghề nghiệp (xem Chương 11). Người ta làm gì để kiếm sống là một phần quan trọng trong nhận dạng của mình, chúng ta tự giới thiệu mình là nhân viên bưu điện, giáo viên, công nhân xây dựng, hoặc điều dưỡng như cách để cho người khác biết một điều gì đó về bản thân. Không làm những công việc

này nữa có nghĩa là chúng ta đã gạt bỏ khía cạnh ấy trong cuộc sống của mình sang một bên – "Tôi từng làm quản lý khách sạn Hilton" – hoặc không nói gì cả. Sự đánh mất khía cạnh này của bản thân có thể khó đối mặt, vì thế một số người tìm kiếm một tên gọi khác "nghỉ hưu" để mô tả mình.

Một cách hữu ích để nhận xét về sự nghỉ hưu như một quá trình phức tạp qua đó người ta rút lui không còn tham gia toàn thời gian trong một nghề nghiệp nữa (Henretta, 1997; Mutchler và người khác, 1997; Sterns & Gray, 1999). Quá trình rút lui này có thể được mô tả như "rõ ràng" (sự cắt đứt với công việc hoàn toàn bằng cách không làm việc nữa) hoặc "không rõ ràng" (nghỉ việc thường xuyên, trở lại với công việc, với một số khoảng thời gian thất nghiệp) (Mutchler và người khác, 1997). Bob là minh họa điển hình của mẫu nghỉ hưu "rõ ràng". Ông nghỉ hưu ở hãng TWA khi 65 tuổi, lúc này trong độ tuổi cuối 80, ông không làm gì cả trong thời gian chuyển tiếp.

Trong khi nhiều người cho rằng nghỉ hưu là sự chuyển tiếp rõ ràng, chứng cứ cho thấy chưa đến một nửa nam giới lớn tuổi nghỉ hưu phù hợp với mẫu này (Mutchler và người khác, 1997). Hầu hết nam giới đều trải qua quá trình dần dần hoặc "không rõ ràng" bao gồm công việc bán thời gian để có thu nhập. Jack là một trong những người này. Khi ông nghỉ hưu ở hãng DuPont ở tuổi 62, ông và một người bạn mở ra một công ty tư vấn nhỏ. Được khoảng 5 năm, Jack làm việc tùy thích, dần dần giảm bớt thời gian làm việc.

Không có nghỉ hưu rõ ràng tạo ra một yếu tố phức tạp khác – khái niệm độ tuổi nghỉ hưu "bình thường" chẳng hạn như tuổi 65 không còn thích hợp nữa (Cornman & Kingson, 1996; Mutchler và người khác, 1997). Thay vào đó, khái niệm độ tuổi nghỉ hưu điển hình thay đổi theo dải độ tuổi, làm cho ý nghĩa của sự nghỉ hưu "non" hoặc "muộn" càng thêm mờ nhạt (Cornman & Kingson, 1996).

Tính phức tạp của quá trình nghỉ hưu phải được công nhận để tìm hiểu nghỉ hưu có ý nghĩa gì đối với những người thuộc các nhóm dân tộc khác nhau. Chẳng hạn, trong khi người Mỹ gốc Âu thuộc giai cấp trung lưu thường sử dụng một tiêu chuẩn việc làm toàn thời gian để xác định mình có phải nghỉ hưu hay không, thì người Mỹ gốc Mexico lại sử dụng một trong nhiều tiêu chuẩn bất kỳ khác tùy thuộc vào vấn đề được hỏi (Zsembik & Singer, 1990). Chẳng hạn, người Mỹ gốc Mêxico có nhiều khả năng khẳng định rằng mình đã nghỉ hưu khi được hỏi trực tiếp ("Bạn nghỉ hưu chưa?") hơn là khi được hỏi gián tiếp ("Hiện nay bạn đang làm gì?") Có thể người ta muốn mình vẫn còn hoạt động, vì thế họ chọn một số từ mô tả khác. Trái lại, người Mỹ gốc Âu rất có thể cho mình đã nghỉ hưu cho dù người khác hỏi thế nào đi nữa. Để tìm





hiểu sự định nghĩa bản thân thay đổi từ nhóm này sang nhóm khác ra sao, bạn hãy làm bài tập trong phần Tự tìm hiểu.

VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Không có nghỉ hưu bắt buộc, từ "nghỉ hưu non" thực ra có nghĩa gì?

TỰ TÌM HIỂU: BẠN CÓ NGHỈ HƯU KHÔNG?

Như đã đề cập trong bài khoá, những người không còn làm việc toàn thời gian nữa có thể hoặc không thể tự gọi mình là người nghỉ hưu. Để tìm hiểu trực tiếp người ta gọi mình như thế nào và sử dụng thời gian ra sao, bạn hãy làm bài tập sau. Phỏng vấn một số người già mà bạn nghĩ họ không còn làm việc toàn thời gian nữa. Đừng phỏng vấn người thân không thôi, bạn phải hỏi nhiều người già khác nhau.

Bắt đầu cuộc phỏng vấn bằng cách hỏi họ về loại công việc (được trả lương hoặc tình nguyện) hiện nay họ đang làm và loại công việc họ đã làm trước đây. Hãy hỏi họ xem có tự cho mình là người nghỉ hưu hay không. Nếu có, tại sao họ gọi như thế? Nếu không, thì tại sao không? Họ đã bỏ không còn làm công việc cũ bao lâu rồi? Hãy hỏi xem hiện nay họ còn làm việc gì nữa không.

Tập hợp kết quả phỏng vấn và xem bạn có thể rút ra được kết luận chung nào hay không. Có một số đặc điểm chung ở những người tự cho mình là nghỉ hưu hay không? Hoặc đối với những người không gọi như thế? Có điểm gì giống nhau ở những người còn làm việc hay không? Mang dữ liệu vào lớp, so sánh kết quả của bạn với người khác. Hãy tự tìm hiểu người ta có nhận xét gì về nghỉ hưu.

TẠI SAO NGƯỜI TA NGHỈ HƯU?

Nhiều nhân viên nghỉ hưu bằng sự chọn lựa hơn là một lý do bất kỳ khác (Hayward, Friedman, & Chen, 1998; Henretta, Chan, & O'Rand, 1992). Cá nhân thường nghỉ hưu khi họ cảm thấy yên tâm về tiền bạc, nghĩ đến thu nhập nhận được từ An sinh xã hội, lương hưu và các khoản tiết kiệm cá nhân. Dĩ nhiên, một số người buộc phải nghỉ hưu vì họ mất việc (Henretta và người khác, 1992). Khi công ty giảm biên chế vào đầu và giữa thập niên 1990, một số nhân viên lớn tuổi được trả lương trọn gói bao gồm các khoản trợ cấp bổ sung khi họ nghỉ hưu. Các nhân viên khác thường xuyên bị cho nghỉ, giảm biên chế hoặc đuổi việc.

Quyết định nghỉ hưu rất phức tạp, chịu ảnh hưởng của quá trình làm việc của cá nhân (Hayward và người khác, 1998). Nghề nghiệp dài nhất trong giữa sự nghiệp của một người kết hợp với các vai trò nghề nghiệp trong các giai đoạn sau cùng của sự nghiệp ảnh hưởng đến quyết định nghỉ hưu và sự liên quan giữa sức khỏe và bất lực. Chẳng hạn, người làm nghề tự do có một vài tùy chọn nghỉ hưu, thường chỉ nghỉ hưu khi sức khỏe giảm sút. Ngoài ra, vấn đề sức khỏe là nguyên nhân làm giảm sút hoạt động chức năng chẳng hạn như bệnh tim mạch hoặc ung thư nặng, là lý do chính giải thích người Mỹ gốc Âu, người Mỹ gốc Phi và người Mỹ gốc Tây Ban Nha thường nghỉ hưu non (Stanford và người khác, 1991). Suy nghĩ rằng nghỉ hưu là một chọn lựa hơn là yêu cầu kèm với độ tuổi nghỉ hưu được lên kế hoạch sớm cũng như sự điều chỉnh thích nghi với nghỉ hưu (Sterns & Gray, 1999).

Sự khác biệt giới tính

Hầu hết những gì chúng ta biết về quyết định nghỉ hưu dựa trên nghiên cứu ở nam giới (Sterns & Gray, 1999). Tuy nhiên, phụ nữ tham gia lực lượng lao động muộn hơn, có quá trình làm việc gián đoạn hơn, thời gian trong lực lượng lao động ít hơn, và tài nguyên tài chánh của phụ nữ khác với nam giới, có thể ảnh hưởng đến quyết định nghỉ hưu của phụ nữ (Calasanti,

1996; Sterns & Gray, 1999). Thật ra, nghiên cứu cho thấy rằng quyết định nghỉ hưu của hai phái đều dựa trên các yếu tố khác nhau. Talaga và Beehr (1995) nhận thấy phụ nữ có chồng sức khoẻ kém hoặc phải nuôi nhiều người rất có khả năng nghỉ hưu, đối với nam trái lại. Tuy nhiên, cũng có một số điểm tương đồng, đã có một vợ hay chồng nghỉ hưu thì người còn lại có nhiều khả năng nghỉ hưu theo.

Khi còn nhiều phụ nữ trong lực lượng lao động trong phần lớn cuộc sống trưởng thành của mình, thì phải cần nhiều nghiên cứu hơn để tìm hiểu mức độ sự khác biệt giới tính nào quan trọng trong quyết định nghỉ hưu. Mặc dù, vào lúc này có vẻ như mô hình nghỉ hưu nam giới không đủ để giải thích cho trường hợp của phụ nữ (Sterns & Gray, 1999).

Sự khác biệt dân tộc

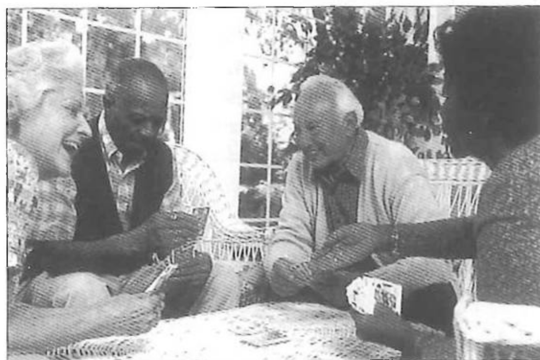
Có rất ít nghiên cứu được tiến hành về quyết định nghỉ hưu như một chức năng của tính dân tộc. Một vài nhà điều tra tìm hiểu đặc điểm của người Mỹ gốc Phi nghỉ hưu như cặp vợ chồng trong ảnh chụp (như Gibson, 1986, 1987; Jackson & Gibson, 1985). Những nghiên cứu này chứng minh rằng người Mỹ gốc Phi thường tự gọi mình là nghỉ hưu hoặc không dựa trên sự bất lực chủ quan, quá trình làm việc, và nguồn thu nhập, đúng ra hoàn toàn chỉ dựa vào việc hiện nay họ có làm việc hay không. Một chứng cứ quan trọng là sự khác biệt giới tính dường như không có ở người Mỹ gốc Phi, nam và nữ tự gọi mình dựa trên cùng biến số. Vì thế, chứng cứ dựa theo các mẫu không áp dụng chung cho người Mỹ gốc Phi được, và cần phải tách các mô hình theo lý thuyết đối với người Mỹ gốc Phi (Gibson, 1987). Đối với các nhóm dân tộc khác tình hình cũng như thế.



ĐIỀU CHỈNH ĐỂ NGHỈ HƯU

Các nhà nghiên cứu nhất trí một vấn đề: nghỉ hưu là một số sự chuyển tiếp quan trọng trong cuộc sống. Các mẫu tham gia mới phải được phát triển trong bối cảnh thay đổi vai trò và cách sống (Antonovsky & Sagy, 1990). Cho đến đầu thập niên 1990, nghiên cứu tập trung vào những gì được xem là một chuỗi của các giai đoạn nghỉ hưu có thể dự đoán chẳng hạn như tuần trăng mật, tỉnh ngộ, tái định hướng, chấp nhận và kết thúc (Atchley, 1982). Vì sự nghỉ hưu lúc này được xem như một quá trình, nên độ tuổi nghỉ hưu "điển hình" đã mất đi ý nghĩa và sự khác biệt giới tính thấy rõ trong quyết định nghỉ hưu, quan điểm cho rằng nghỉ hưu diễn ra theo một chuỗi giống như giai đoạn có thứ tự đã bị bãi bỏ (Sterns & Gray, 1999). Thay vào đó, các nhà nghiên cứu ủng hộ quan điểm cho rằng sự điều chỉnh để thích nghi với nghỉ hưu phát triển qua thời gian như một kết quả của sự quan hệ lẫn nhau phức tạp với sức khỏe cơ thể, tình trạng tài chánh, tình trạng nghỉ hưu tự nguyện và cảm giác kiểm soát cá nhân (Gall, Evans, & Howard, 1997).

Hầu hết mọi người sinh sống ra sao? Với điều kiện là những người như trong ảnh chụp trang 609 phải có tài chánh đảm bảo, sức khỏe và một hệ thống hỗ trợ của người thân và bạn bè, họ báo cáo mình có cảm giác rất tốt khi nghỉ hưu (Gall và người khác, 1997; Matthews & Brown, 1987). Đối với nam, có sức khoẻ tốt, thu



nhập đủ sống, nghỉ hưu tình nguyện đi kèm với sự hài lòng tương đối cao trước khi nghỉ hưu, có ý thức kiểm soát cá nhân bên trong tương quan với thể chất khoẻ mạnh về lâu dài (Gall và người khác, 1997). Đối với nam, thứ tự ưu tiên của cá nhân cũng rất quan trọng. Nam chú trọng đến vai trò gia đình nhiều hơn (như trong vai trò người chồng hoặc người ông) báo cáo mình hạnh phúc hơn. Thật thú vị, đạo đức của phụ nữ trong nghỉ hưu dường như không liên quan đến sự chú trọng một vai trò cụ thể bất kỳ (Matthews & Brown, 1987). Đối với cả nam lẫn nữ, năng lực cá nhân cao đi kèm với sự hài lòng khi nghỉ hưu cao hơn, có lẽ vì người có năng lực có khả năng tối ưu hóa mức áp lực môi trường của mình (theo mô tả ở trang 531 – 533).

Một suy nghĩ rập khuôn về nghỉ hưu cho rằng sức khỏe bắt đầu giảm sút ngay khi người ta không còn làm việc nữa. Chứng cứ nghiên cứu không xác nhận suy nghĩ này. Quả thật, không có chứng cứ nào cho thấy nghỉ hưu có ảnh hưởng tiêu cực trực tiếp bất kỳ đối với sức khỏe (Ekerdt, 1987). Ngoài ra, thể chất thường tăng ở nam trong năm đầu nghỉ hưu (Gall và người khác, 1997).

Một suy nghĩ rập khuôn thứ hai cho rằng nghỉ hưu giảm đáng kể số lượng và chất lượng của tình bạn cá nhân. Thêm lần nữa, không có nghiên cứu xác nhận suy nghĩ này. Thật ra, một số nghiên cứu chứng minh rằng nam giới như Marcus, trong phần minh họa là trường hợp điển hình, không có số lượng cũng như chất lượng tình bạn giảm sút sau khi nghỉ hưu (Bossé và người khác, 1993). Khi tình bạn thay đổi trong lúc nghỉ hưu, thường do các yếu tố khác chẳng hạn như rối loạn sức khỏe rất nghiêm trọng cản trở khả năng duy trì tình bạn ở con người.

Sau cùng, một số người nghĩ rằng người nghỉ hưu nói chung ít hoạt động hơn. Suy nghĩ rập khuôn này cũng không được nghiên cứu xác nhận. Mặc dù số giờ làm việc hưởng lương trung bình giảm theo độ tuổi, nhưng người già vẫn còn tham gia hàng trăm giờ làm mỗi năm trong những hoạt động có ích chẳng hạn như làm việc tình nguyện không ăn lương và giúp đỡ người khác nghỉ hưu (Herzog và người khác, 1989). Chúng ta sẽ xem xét các hoạt động tình nguyện trong phần sau.

RÀNG BUỘC GIỮA CÁ NHÂN VỚI NHAU

Nghỉ hưu hiếm khi ảnh hưởng đến một cá nhân duy nhất. Cho dù sự nghỉ hưu có thể là niềm vui hay nỗi buồn đối với cá nhân nhưng phản ứng của người nghỉ hưu được định hình bằng các mối quan hệ giữa cá nhân với nhau mà họ đang có. Ràng buộc xã hội giúp con người đối phó với căng thẳng của nghỉ hưu, cũng như giúp họ đối phó trong các chuyển tiếp khác trong cuộc sống. Trong nhiều trường hợp, những ràng buộc này bao gồm tình bạn và các mối quan hệ khác được hình thành đầu tuổi trưởng thành.

Các mối quan hệ xã hội làm vật đệm cho các ảnh hưởng của một căng thẳng bất kỳ trong cuộc sống trong suốt tuổi trưởng thành. Mối quan hệ này diễn ra trong nhiều hình thức: để cho người ta biết rằng mình được yêu thương ra sao, giúp đỡ khi cần thiết, đưa ra lời khuyên, quan tâm đến nhu cầu của người khác hoặc chỉ có mặt để lắng nghe tâm sự. Như đã nêu, người nghỉ hưu có những ràng buộc xã hội thân mật thường có lợi thế trong

điều chỉnh thích nghi với những thay đổi trong cuộc sống mà sự nghỉ hưu mang lại.

Chúng ta sẽ nghiên cứu các vấn đề chung về các mối quan hệ xã hội chi tiết hơn vào cuối chương này. Lúc này, chúng ta tập trung vào hai vấn đề: cặp vợ chồng phải có điều chỉnh cụ thể gì và người nghỉ hưu phải duy trì sự quan hệ với cộng đồng ra sao.

Mối quan hệ thân mật

Phần lớn chú ý tập trung vào quá khứ, vào vai trò mối quan hệ thân mật trong việc điều chỉnh thích nghi với sự nghỉ hưu. Hôn nhân đưa ra một khuôn khổ cho hầu hết nghiên cứu này. Tình trạng hôn nhân chín nó ít có ảnh hưởng đến sự hài lòng nghỉ hưu của phụ nữ lớn tuổi (Fox, 1979). Những người chưa kết hôn bao giờ cũng hài lòng như những người nghỉ hưu đã kết hôn. Trái lại, nam giới đã ly hôn, ly thân hoặc góa vợ đã nghỉ hưu kém hạnh phúc hơn (Barfield & Morgan, 1978), cho thấy sự ổn định hóa ảnh hưởng của hôn nhân đối với nam giới.

Thế tác động của nghỉ hưu đối với bản thân mối quan hệ hôn nhân thì sao? Nghỉ hưu có ảnh hưởng sâu xa đến mối quan hệ thân mật, thường phá vỡ các mẫu tương tác gia đình được hình thành lâu đời, buộc cả hai đối tác (và người khác sống cùng nhà) phải điều chỉnh theo (Pearson, 1996). Chỉ ở gần nhau nhiều hơn cũng gây căng thẳng cho mối quan hệ. Thông lệ thường ngày của cặp vợ chồng như trong ảnh chụp cần phải sắp xếp lại vì quá nhiều căng thẳng. Tuy nhiên, vì sự hài lòng hôn nhân ở các cặp vợ chồng lớn tuổi hơn thường rất cao, hầu hết các cặp vợ chồng đều có khả năng giải quyết những căng thẳng này.



Một thay đổi mà hầu hết các cặp vợ chồng đã kết hôn, nghỉ hưu, phải đối mặt (trong các gia đình truyền thống trong đó chỉ có người chồng đi làm) là sự phân công việc vặt trong nhà (Pearson, 1996). Mặc dù nam giới nghỉ hưu thường làm nhiều công việc quanh nhà hơn lúc trước nghỉ hưu, nhưng điều này không phải lúc nào cũng có được kết quả đáng mong muốn (Ingraham, 1974). Chẳng hạn, người chồng đi làm có thể khen vợ về tài quản gia, nhưng sau khi nghỉ hưu đột nhiên người chồng muốn dạy vợ làm cách nào cho "đúng". Một phần vấn đề có thể là những nam giới như thế không quen dùng mệnh lệnh. Một giám đốc điều hành đã nghỉ hưu nhận xét trước khi mình nghỉ hưu, khi ông nói, "Hãy nhảy đi", thì nhân viên được trả lương cao muốn biết nhảy cao đến mức nào. "Lúc này, tôi về nhà, mới bước vào cửa, bà xã bảo, 'anh Milton, hãy đổ rác đi'. Tôi chưa hề thấy rác nhiều như thế" (Quigley, 1979, trang 9). Sau cùng, một phần của vấn đề có thể là nằm trong nhận thức về láng giềng của mình, sau khi nghỉ hưu nam giới cảm thấy rằng mình phải dấn thân làm những gì mà nam giới, vợ con, cho rằng đó là "việc của đàn bà" theo truyền thống (Troll, 1971). Khi cặp vợ chồng, cả hai đều đi làm, nghỉ hưu, thật thú vị khi quan sát cách họ giải quyết vấn đề.

Ràng buộc cộng đồng

Trong suốt tuổi trưởng thành, hầu hết mọi người đều liên hệ và giữ liên lạc với cộng đồng. Vì thế, một cân nhắc quan trọng là liệu môi trường xã hội có giúp đỡ khả năng của người nghỉ hưu tiếp tục các quan hệ cũ và hình thành các quan

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Cơ hội gì cho người già tình nguyện làm việc cho các tổ chức chính trị? Kiểm tra câu trả lời của bạn bằng dữ liệu nghiên cứu ở cuối chương này.

hệ mới hay không. Một vài thập niên trước chứng kiến sự phát triển nhanh chóng của các tổ chức chuyên cung cấp những cơ hội như thế cho người nghỉ hưu. Các nhóm quốc gia chẳng hạn như Hiệp hội người nghỉ hưu Mỹ (AARP) tạo cơ hội tìm hiểu, bằng báo chí và sách mỏng, về những hoạt động của những người nghỉ hưu khác và về các dịch vụ chẳng hạn như bảo hiểm và chiết khấu. Nhiều nhóm nhỏ hơn tồn tại ở cấp cộng đồng, bao gồm các trung tâm và câu lạc bộ dành cho người già. Một số công đoàn cũng có cấu trúc dành cho thành viên đã nghỉ hưu. Những hoạt động này khuyến khích quan điểm học tập suốt đời và duy trì sự hoạt động nhận thức ở người già.

Một cách phổ biến dành cho người lớn đã nghỉ hưu trong việc duy trì liên lạc với cộng đồng là tình nguyện. Người già báo cáo rằng họ tình nguyện tự giúp mình giải quyết các chuyển tiếp trong cuộc sống (Adlersberg & Thorne, 1990), để cung cấp phục vụ cho người khác (Hudson, 1996), và để duy trì tương tác xã hội và cải thiện cộng đồng của mình (Morrow-Howell & Mui, 1989). Có nhiều cơ hội dành cho người nghỉ hưu giúp đỡ người khác. Một cơ quan liên bang, ACTION, quản lý bốn chương trình của hàng trăm chi nhánh ở địa phương: Ông bà nuôi, bạn đồng hành lớn tuổi, Chương trình tình nguyện viên đã nghỉ hưu (RSVP), và Đạo quân Giám đốc điều hành đã nghỉ hưu phục vụ (SCORE). Gần một nửa số người lớn tuổi từ 65 – 74 tình nguyện phục vụ trong một số cách với mức độ tham gia chủ yếu ở những người trên tuổi 80 (Chambré, 1993).

Những tỷ lệ này tượng trưng cho sự gia tăng hơn 400% từ giữa thập niên 1960, lúc ấy trong số 10 người già chỉ có 1 tham gia công việc tình nguyện. Điều gì giải thích cho sự gia tăng khổng lồ này?

Một số yếu tố có thể là nguyên nhân như sau (Chambré, 1993): nhận thức chung về kỹ năng và hiểu biết mà người già cung cấp được cải thiện, tái định nghĩa tính chất và giá trị của những cơ hội mở rộng dành cho người tham gia công tác tình nguyện. Căn cứ vào xu hướng nhân khẩu học với số lượng gia tăng và trình độ văn hóa của người già (được đề cập trong Chương 13), thậm chí người ta còn nghĩ trong vài thập niên tới tỷ lệ tình nguyện còn cao hơn nữa (Chambré, 1993). Đây là cách để xã hội tận dụng nguồn tài nguyên khổng lồ có ở người già.

TỰ KIỂM TRA

1. Một cách hữu dụng để nhận xét sự nghỉ hưu là như một ______.
2. Lý do phổ biến nhất để người ta nghỉ hưu là ______.
3. Nói chung, hầu hết những người nghỉ hưu đều ______ với sự nghỉ hưu.
4. Nhiều người nghỉ hưu vẫn liên lạc với cộng đồng của mình bằng ______.
5. Sử dụng thông tin từ Chương 11 về sự phát triển nghề nghiệp, hãy mô tả phát triển nghề nghiệp kết hợp với sự nghỉ hưu.

Trả lời: (1) quá trình phức tạp qua đó người ta dần dần rút khỏi việc làm, (2) bằng chọn lựa, (3) hài lòng, (4) tình nguyện

---

BẠN BÈ VÀ GIA ĐÌNH KHI VỀ GIÀ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Bạn bè và gia đình đóng vai trò gì khi về già?**
- **Hôn nhân của người già như thế nào?**
- **Chăm sóc cơ bản cho bạn đời như thế nào?**
- **Người ta thích ứng với cảnh góa chồng ra sao? Nam và nữ khác nhau như thế nào?**
- **Những vấn đề đặc biệt gì liên quan đến tư cách làm ông bà cố?**

ALMA lấy Charles được 46 năm. Cho dù ông mất cách đây 20 năm, nhưng Alma vẫn còn nói chuyện về ông như thể ông mới mất trong thời gian gần đây. Alma vẫn còn buồn trong những ngày đặc biệt chẳng hạn như những ngày lễ kỷ niệm, ngày giỗ hoặc ngày sinh của Charles hoặc ngày ông mất. Alma kể với mọi người rằng bà và Chuck, bà thường gọi ông bằng tên này, đã có một cuộc hôn nhân tuyệt vời và bà vẫn còn nhớ ông da diết cho dù ông đã mất 20 năm.

Đối với người già như Alma, điều quan trọng nhất trong cuộc sống là mối quan hệ. Trong phần này, chúng ta tìm hiểu nhiều mối quan hệ mà người già đang có. Cho dù đó là tình bạn hoặc ràng buộc gia đình, việc có mối quan hệ với người khác là những gì buộc chúng ta phải liên lạc. Vì thế, khi vợ chồng cần sự chăm sóc, không có gì ngạc nhiên khi vợ chồng tận tụy chăm sóc cho nhau. Góa phụ như Alma luôn cảm thấy gần gũi với người chồng quá cố. Đối với số lượng người già ngày càng tăng, việc trở thành tư cách ông bà cố là một thời gian đầy phấn khích.

Chúng ta đã biết qua suốt sách giáo khoa này cuộc sống của chúng ta được định hình và chia sẻ qua sự bầu bạn với người khác ra sao. *Từ* hộ tống xã hội *dùng để biểu thị một nhóm người đi cùng chúng ta trong suốt cuộc đời, hỗ trợ chúng ta trong những lúc vui buồn.* Nhất là đối với người già, hộ tống xã hội cũng cung cấp một nguồn khẳng định người già là ai và người già có ý nghĩa gì đối với người khác (Antonucci, 1985).

Một số nghiên cứu chứng minh rằng quy mô hộ tống xã hội và lượng hỗ trợ mà hộ tống xã hội này cung cấp không khác biệt trong nhiều thế hệ, kết quả cũng áp dụng được nhiều cho người trưởng thành Mỹ gốc Tây Ban Nha (Levitt, Weber, & Guacci, 1993b). Không có sự khác biệt độ tuổi càng xác nhận kết luận rằng bạn bè và gia đình là những khía cạnh cần thiết trong cuộc sống của mọi người lớn.

BẠN BÈ VÀ ANH CHỊ EM RUỘT

Khi về già một số thành viên trong hệ thống xã hội của một người có bạn kéo dài vài thập niên. Nghiên cứu luôn nhận thấy sự hài lòng trong cuộc sống của người già hầu như không liên quan đến số lượng hoặc chất lượng của mối quan hệ với các thành viên nhỏ tuổi hơn trong gia đình, nhưng tương quan mật thiết với số lượng và chất lượng trong tình bạn của họ (Essex & Nam, 1987; Fehr, 1996). Tại sao? Điều rõ ràng là bạn bè là những người tin cậy để tâm sự và cũng là nguồn hỗ trợ mà con, cháu trai, cháu gái, chẳng hạn, thường



PEANUTS in lại với sự cho phép của United feature Syndicate, Inc.

không làm được. Cả hai người bà của Charlie Brown trong truyện tranh là minh họa về người già vẫn thích kết bạn.

Tình bạn

Chất lượng của tình bạn khi về già đặc biệt quan trọng (Matthews, 1996). Có ít nhất một người bạn thân thiết hoặc người để tâm sự tạo ra vật đệm chống lại sự mất mát vai trò và tình trạng thường đi kèm theo tuổi già, như sự nghỉ hưu hoặc cái chết của một người thân yêu (Antonucci, 1985; Matthews, 1996). Các mẫu tình bạn ở người già thường phản ánh những vật đệm này trong đầu tuổi trưởng thành được mô tả trong Chương 10 (Fehr, 1996). Nghĩa là, phụ nữ có nhiều tình bạn và thân mật hơn nam. Như đã nêu, những khác biệt này giúp giải thích tại sao phụ nữ có vị trí thuận lợi hơn trong việc giải quyết các căng thẳng trong đời sống. Nhất là các góa phụ thường tận dụng hệ thống tình bạn, họ kết bạn nhiều hơn số phụ nữ đã kết hôn, phụ nữ chưa hề kết hôn hoặc nam giới (Hatch & Bulcroft, 1992).

Nói chung, người già có ít mối quan hệ với người khác nói chung và phát triển ít mối quan hệ mới hơn người trưởng thành nhỏ tuổi hơn hoặc ở tuổi trung niên (Carstensen, 1995). Sự giảm sút về số lượng này không đơn thuần phản ánh sự đánh mất mối quan hệ do cái chết hoặc do các lý do khác. Đúng ra, thay đổi phản ánh một quá trình phức tạp hơn (Carstensen, 1993, 1995). *Quá trình này, được gọi là* tính chọn lọc cảm xúc xã hội, *ngụ ý rằng tiếp xúc xã hội được thúc đẩy bằng nhiều mục tiêu, bao gồm tìm kiếm thông tin, khái niệm về cái tôi và điều tiết cảm xúc.* Mỗi mục tiêu trong số này khác nhau trong những thời điểm khác nhau, dẫn đến các hành vi xã hội khác nhau. Chẳng hạn, tìm kiếm thông tin thường dẫn đến việc làm quen với nhiều người hơn trong khi điều tiết cảm xúc dẫn đến sự chọn lựa bạn bè trong xã hội, thích quen với những người quen thuộc hơn.

Khuynh hướng sau giúp giải thích tại sao người già thường thích bạn bè mình quen biết trong nhiều năm và thường không muốn quen bạn mới (Antonucci, 1985). Bạn cũ có thể chia sẻ các khía cạnh trong quá khứ mà người trưởng thành nhỏ tuổi hơn hoàn toàn không biết. Thật đáng buồn, bạn bè mình yêu mến có thể sức khỏe yếu kém, nên khó liên lạc được (Rawlins, 1992). Để duy trì tình bạn, nhiều người già sử dụng điện thoại hoặc thư từ và hiện nay sử dụng email ngày càng tăng.

Mối quan hệ anh chị em ruột

Đối với nhiều người già giống như trong ảnh chụp trang 614, sở thích tình bạn dài hạn có thể giải thích mong muốn của người già muốn giữ liên lạc với anh chị em ruột. Ở những người trên tuổi 60, 83% báo cáo rằng họ cảm thấy gần gũi, thân mật với ít nhất một người anh hoặc



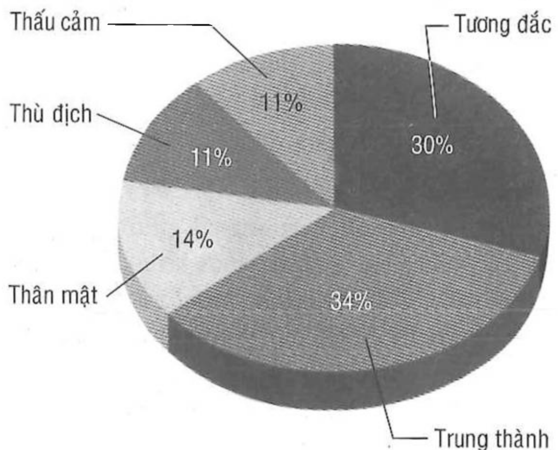
một người chị (Dunn, 1984). Ngoài sự thân mật ra, các khía cạnh khác trong tình bạn anh chị em ruột bao gồm sự quan tâm lẫn nhau, tiếp xúc thường xuyên, đố kỵ và oán giận. Năm loại mối quan hệ ở anh chị em ruột người già được nhận dạng như sau (Gold, Woodbury, & George, 1990):

- *Mối quan hệ anh chị em ruột thân mật,* mang đặc điểm mức độ thân mật và quan tâm cao, nhưng mức độ đố kỵ và oán giận thấp.
- *Mối quan hệ anh chị em ruột tương đắc,* mang đặc điểm mức độ thân mật và quan tâm cao, mức độ tiếp xúc trung bình, mức độ đố kỵ và oán giận tương đối thấp.
- *Mối quan hệ anh chị em ruột trung thành,* mang đặc điểm mức độ thân mật, quan tâm và tiếp xúc trung bình, mức độ đố kỵ và oán giận tương đối thấp.
- *Mối quan hệ anh chị em ruột thấu cảm,* mang đặc điểm các mức độ thấp trên mọi khía cạnh.
- *Mối quan hệ anh chị em ruột thù địch,* mang đặc điểm mức độ quan tâm và oán giận tương đối cao, ở các khía cạnh còn lại mức độ tương đối thấp.

Tần số tương đối của năm loại mối quan hệ anh chị em ruột này được thể hiện trong hình vẽ bên dưới. Như bạn thấy, mối quan hệ tương đắc và trung thành mang đặc điểm chiếm gần 2/3 trong tất cả các cặp anh chị em ruột lớn tuổi. Ngoài ra, có vẻ như anh chị em ruột Mỹ gốc Phi lớn tuổi hơn đều có mối quan hệ thấu cảm hoặc thù địch với anh chị em ruột của mình ít hơn người Mỹ gốc Âu lớn tuổi gần 5 lần (4,5% đối với người Mỹ gốc Phi so với 22% đối với người Mỹ gốc Âu; Gold, 1990). Đôi khi, mối quan hệ anh chị em ruột thù địch khi về già có từ sự kình chống nhau giữa anh chị em ruột vào thời thơ ấu (Greer, 1992).

Khi các kết hợp anh chị em ruột khác nhau được xét riêng thì sự ràng buộc giữa chị em thường mạnh nhất, thường xuyên nhất và thân mật nhất (Cicirelli, 1980; Lee, Mancini, & Maxwell, 1990). Trái lại, anh em thường ít tiếp xúc hơn (Connidis, 1988). Người ta vẫn chưa rõ về mối quan hệ giữa anh – chị. Cho dù nhiều người già cuối cùng cũng chăm sóc hoặc sống chung với một trong số các anh chị em ruột của mình nhưng hầu như chúng ta chưa biết sự sống chung này có tác dụng tốt như thế nào.

Rõ ràng, có những lỗ hổng lớn trong hiểu biết của chúng ta về mối quan hệ anh chị em ruột. Điều này thật là không may, khi anh chị đóng một vai trò quan trọng và có ý nghĩa trong suốt cuộc đời.



Gold và người khác, 1990.

HÔN NHÂN

Lucia nói, "thật là tuyệt vời khi tôi 72 tuổi nhưng vẫn lấy chồng được. Cũng thật tuyệt khi có Juan bên cạnh để chia sẻ chuyện vui buồn và chưa nói ra anh ấy cũng hiểu tôi muốn nói gì". Lucia và Juan điển hình trong hầu hết các cặp vợ chồng kết hôn khi lớn tuổi. Sự hài lòng trong hôn nhân cải thiện một khi con cái ở riêng và vẫn còn khá cao ở các cặp vợ chồng lớn tuổi (Lee, 1988; Pearson, 1996). Một nghiên cứu nhận thấy 80% số cặp vợ chồng kết hôn ít nhất 50 năm khi nhớ lại cuộc hôn nhân của mình thường cho rằng mình hạnh phúc từ ngày cưới cho đến nay (Sporakowski & Axelson, 1984).

Các cặp vợ chồng kết hôn lớn tuổi cho thấy một số khác biệt cụ thể với các cặp vợ chồng ở tuổi trung niên (Levenson, Carstensen, & Gottman, 1993). Các cặp vợ chồng lớn tuổi ít mâu thuẫn trong hôn nhân hơn và khả năng thích thú nhiều hơn, có khả năng tương tự theo nghĩa sức khỏe tâm thần và cơ thể, thể hiện sự khác biệt giới tính ít hơn trong các nguồn thích thú. Tóm lại, hầu hết các cặp vợ chồng đã kết hôn lớn tuổi đều phát triển nhiều cách thích nghi để tránh mâu thuẫn và làm cho tương đồng với nhau nhiều hơn. Nói chung, sự hài lòng trong hôn nhân ở các cặp vợ chồng lớn tuổi vẫn còn cao cho đến khi vấn đề sức khỏe bắt đầu cản trở mối quan hệ (Gilford, 1984; Pearson, 1996).

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Bạn nghĩ các cặp vợ chồng đã kết hôn lớn tuổi sử dụng chiến lược cụ thể gì để giảm bớt khả năng mâu thuẫn?

CHĂM SÓC BẠN ĐỜI

Khi hầu hết các cặp vợ chồng thề thốt sẽ ở bên nhau "khi hoạn nạn, đau ốm và lúc khỏe mạnh", thì hầu hết đều nghĩ người bạn đời của mình nếu có bệnh chỉ kéo dài vài tuần là hết. Đối với nhiều cặp vợ chồng có thể như thế, nhưng đối với một số khác bệnh tật kiểm tra lời thề của họ. Hầu như chắc chắn Nancy Reagan không nghĩ rằng bà sẽ chăm sóc cho chồng, cựu tổng thống Mỹ Ronald Reagan, bị bệnh Alzheimer.

Francine và Ron là một cặp vợ chồng như thế. Sau 42 năm gần như không có vấn đề gì, Ron được chẩn đoán mắc bệnh Alzheimer. Khi các nhà nghiên cứu tiếp xúc lần đầu tiên thì Francine đã chăm sóc cho Ron được 6 năm. "Có những lúc thật khó khăn, nhất là khi anh ấy nhìn tôi và không biết tôi là ai. Hãy tưởng tượng, sau 6 năm rồi mà anh ấy cũng chưa nhận ra tôi. Nhưng tôi thương anh, và tôi hiểu anh ấy cũng thương tôi. Nhưng thành thật mà nói, chúng tôi không phải là cặp vợ chồng như xưa nữa, chúng tôi không thể gần gũi, tôi đoán chúng tôi thật sự không thể".

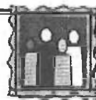
Francine và Ron điển hình cho các cặp vợ chồng giống như cặp vợ chồng trong ảnh chụp trong đó người này chăm sóc cho người kia. Việc chăm sóc cho người bạn đời



bị bệnh mãn tính là thử thách khác với chăm sóc bố mẹ bệnh mãn tính (xem Chương 12). Người chăm sóc bạn đời đảm nhận vai trò mới sau nhiều thập niên cùng chung trách nhiệm. Thường không báo trước, sự phân công lao động đã làm trong nhiều năm phải tái điều chỉnh. Thay đổi như thế chắc chắn gây căng thẳng trong mối quan hệ (Cavanaugh & Kinney, 1994), nhất là trong những trường hợp liên quan đến bệnh Alzheimer hoặc các bệnh mất trí khác, vì hậu quả nhận thức và hành vi (xem Chương 13), cũng như trong các trường hợp mắc bệnh AIDS. Người chăm sóc bạn đời cảm thấy thử thách chăm sóc trong một loại mối quan hệ ràng buộc, dài hạn bất kỳ.

Nghiên cứu những người giống như những người trong phần Người thật việc thật, vốn là những người chăm sóc cho bạn đời mắc bệnh Alzheimer cho thấy sự hài lòng trong hôn nhân thấp hơn các cặp vợ chồng khỏe mạnh rất nhiều (Cavanaugh & Kinney, 1994; Kinney và người khác, 1993). Người chăm sóc vợ/chồng báo cáo mất đi tình bạn và sự thân mật trong quá trình chăm sóc (Williamson & Schulz, 1990; Wright, 1991). Sự hài lòng trong hôn nhân cũng là một dấu hiệu dự báo quan trọng báo cáo có triệu chứng trầm cảm ở những người chăm sóc vợ chồng, tính chất của hôn nhân được nhận thức càng tốt hơn thì triệu chứng người chăm sóc báo cáo càng ít hơn (Kinney và người khác, 1993). Thật đáng buồn, chăm sóc cho vợ chồng thường khiến cho người chăm sóc đặt vấn đề ý nghĩa của cuộc sống (Wells & Kendig, 1997).

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: SỐNG VỚI NHAU CHO ĐẾN CHẾT: CHĂM SÓC BẠN ĐỜI



"Thật tình mà nói, trước đây tôi chưa hề nghĩ mình gặp tình cảnh như hiện nay. Khi lấy Mike, tôi nghĩ chúng tôi sẽ sống hạnh phúc và cùng sống với gia đình và bạn bè, nhưng hiện nay..."

Giọng nói của Harriet bị ngắt quãng khi mắt cô đẫm đìa nước mắt. Mike, 68 tuổi, được chẩn đoán mắc bệnh Alzheimer khoảng 6 năm trước, Harriet, nhỏ hơn 2 tuổi lau nước mắt rồi nói tiếp. "Điều tệ hại nhất là khi anh ấy gây hấn với tôi. Đôi khi anh không nhớ tôi là ai và cứ nghĩ tôi lấy cắp quần áo của anh. Điều tôi muốn làm là lấy quần áo đi giặt. Nhưng cũng thật khó giải thích vì anh ấy bệnh. Sau 44 năm lấy nhau, thật khó chấp nhận tâm trí của anh như thế, anh không nhớ gì cả.

"Về phần tôi, tôi chỉ nghĩ những năm tháng hạnh phúc mà chúng tôi đã có. Chúng tôi sinh được 3 con, chúng cũng giúp đỡ tôi phần nào. Nhưng bọn chúng đều có gia đình riêng, công việc và áp lực. Tôi hiểu điều này. Nhưng đôi khi tôi muốn cắt đứt, đây là điều tốt nhất tôi nên làm.

"Tại sao tôi phải làm thế? Tôi hứa với Mike rằng sẽ yêu anh cho dù chuyện gì xảy ra đi nữa, tôi luôn giữ lời hứa ấy đối với anh. Điều này nghe có vẻ lạ nhưng tôi thật sự nghĩ rằng trong thâm tâm anh vẫn yêu tôi nhiều như xưa. Tôi hiểu tôi nên làm gì, và chính tình yêu này động viên tôi. Ngoài ra, tôi không thể đóng nổi viện phí trong nhà dưỡng lão, và tôi nghĩ trong đó cũng không khá gì hơn công việc tôi đang làm. Tôi có thành kiến, tôi đoán như thế, nhưng anh là chồng tôi. Đối với họ, anh chỉ là một bệnh nhân bình thường như bao bệnh nhân khác".

Hầu hết người chăm sóc bạn đời buộc phải đối phó với thử thách môi trường mà họ không muốn chọn – căn bệnh của bạn đời. Họ chấp nhận vai trò của người chăm sóc do sự cần thiết. Một khi họ chấp nhận vai trò, người chăm sóc đánh giá khả năng của mình trong việc thực hiện bổn phận theo yêu cầu. Nghiên cứu theo chiều dọc cho thấy người chăm sóc nhận thức khả năng của mình trong việc chăm sóc ra sao có thể là yếu tố quan trọng nhất (Kinney & Cavanaugh, 1993). Người chăm sóc xem mình có đủ khả năng để giải quyết vấn đề. Chẳng hạn, dữ liệu cho thấy người chăm sóc bạn đời nhận thấy mình có nhiều khả năng chăm sóc thường báo cáo việc chăm sóc này ít căng thẳng hơn những người chăm sóc bạn đời cho rằng mình ít có khả năng chăm sóc (Kinney & Cavanaugh, 1993). Tuy nhiên, người chăm sóc bạn đời không phải lúc nào cũng nhớ những rắc rối

quan trọng của mình một cách chính xác qua thời gian, trong một nghiên cứu, người chăm sóc chỉ nhớ khoảng 2/3 số rắc rối quan trọng của mình vào 1 tháng sau (Cavanaugh & Kinney, 1998). Chứng cứ này cho thấy nhân viên chăm sóc y tế chuyên nghiệp không nên dựa vào báo cáo của người chăm sóc bạn đời về tình huống chăm sóc khi ra quyết định chẩn đoán.

Ý nghĩa quan trọng của việc cảm thấy mình có năng lực khi một người chăm sóc bạn đời phù hợp với thành phần tính dễ bảo trong mô hình năng lực – áp lực môi trường được trình bày ở đầu chương này. Người chăm sóc cố cân đối năng lực nhận thức của mình với yêu cầu chăm sóc của môi trường. Năng lực nhận thức giúp họ phản ứng đồng thuận hơn là chỉ phản ứng đơn thuần (và dễ bảo), giúp cho họ có cơ hội tối ưu hóa tình huống của mình tốt hơn.

Thậm chí trong mối quan hệ ràng buộc tốt nhất, việc cung cấp chăm sóc toàn thời gian cho người bạn đời là việc làm vô cùng căng thẳng (Kinney & Cavanaugh, 1993). Chẳng hạn chăm sóc vợ không nhớ được tên chồng, có hành động kỳ lạ, mắc bệnh mãn tính, có thể tử vong, thường tạo ra thử thách nghiêm trọng, thậm chí đối với các cặp vợ chồng hạnh phúc nhất, theo mô tả trong truyện tranh Doonesbury.

CẢNH GÓA

Alma, người phụ nữ chúng ta gặp trong phần minh họa, vẫn suy nghĩ về cái chết của chồng mình. "Có nhiều lúc tôi nghĩ anh ấy ở quanh đây thôi. Chúng tôi sống chung với nhau lâu đến mức chuyện chồng mình vẫn ngồi ở đó là điều đương nhiên. Và có những lúc tôi không muốn nói tiếp nếu như không có anh. Nhưng tôi giả sử mình đang nói chuyện với anh ấy".

Lời thề trong hôn nhân truyền thống khẳng định rằng hai người sẽ sống với nhau "cho đến chết". Như Alma và Chuck, hầu như tất cả các cặp vợ chồng kết hôn lớn tuổi đều xem cuộc hôn nhân của mình kết thúc khi một trong hai qua đời. Đối với hầu hết mọi người, cái chết của người bạn đời là một trong những sự kiện đau buồn nhất (Pearson, 1996). Mặc dù cảnh góa chồng có thể xảy ra ở một độ tuổi bất kỳ, nhưng có nhiều khả năng xảy ra ở tuổi già hơn, và ở phụ nữ nhiều hơn (Matthews, 1996). Hơn một nửa số phụ nữ trên tuổi 65 đều là góa phụ, nhưng chỉ có 15% nam giới cùng độ tuổi là người góa vợ. Lý do giải thích sự khác biệt này liên quan đến các tác động Sinh học và xã hội: như chúng ta đã thấy trong Chương 13, phụ nữ có tuổi thọ dài hơn.



DOONESBURY ©1997 của Gary Trudeau. UNIVERSAL PRESS SYNDICATE in lại. Bảo lưu mọi bản quyền.

Phụ nữ cũng thường lấy chồng tuổi lớn hơn mình như đã đề cập trong Chương 10. Do đó, phụ nữ lấy chồng trung bình có thể nghĩ rằng mình sẽ trở thành góa phụ trong 10 – 12 năm nữa.

Tác động của cảnh góa chồng kéo dài sau khi quan hệ đối tác dài hạn kết thúc (Matthews, 1996; Pearson, 1996). Người góa vợ như người đàn ông trong ảnh có thể bị gia đình và bạn bè bỏ rơi nếu họ không biết cách đối xử với người có vợ chết (xem Chương 15). Do đó, người góa chồng và góa vợ thường chỉ mất đi một người bạn đời nhưng bạn bè và gia đình cảm thấy không khó chịu đối với một người đơn độc hơn là một cặp vợ chồng trong các chức năng xã hội (Matthews, 1996). Ngoài ra, người góa vợ cảm thấy lúng túng như một bên thứ ba hoặc thậm chí tự xem mình là mối đe dọa đối với bạn bè có đủ vợ chồng (Field & Minkler, 1988). Vì đi xem phim hoặc đi ăn nhà hàng một mình có thể làm những người góa vợ hoặc góa chồng không thích thú hoặc hài lòng, nên họ phải ở nhà. Thật không may, những người khác cho rằng họ muốn thế và thích ở một mình.

Đối với cả người góa vợ lẫn góa chồng, vài tháng đầu tiên, sống một mình vô cùng khó khăn. Những người mới góa vợ có nguy cơ mắc bệnh gia tăng và có nhiều triệu chứng trầm cảm, đánh mất tình trạng, khó khăn kinh tế và hỗ trợ xã hội thấp (Stroebe & Stroebe, 1983). Nhưng cảm giác mất mát không biến mất nhanh chóng như trường hợp của Alma cho thấy. Như chúng ta sẽ thấy trong Chương 15 cảm giác buồn vào những ngày quan trọng làm một cảm giác thường gặp, thậm chí người bạn đời đã mất cách đây nhiều năm.



Nam và nữ có phản ứng khác nhau trước cảnh góa. Người góa vợ có nguy cơ chết dần chết mòn sau khi vợ mất, bằng cách tự tử hoặc nguyên nhân tự nhiên (Osgood, 1992; Smith & Zick, 1996). Một số người nghĩ rằng vợ mất đối với nam là vấn đề nghiêm trọng hơn chồng mất đối với nữ. Có lẽ là vì người vợ thường là người bạn thân cũng là người bạn tâm sự duy nhất của chồng hoặc vì chồng thường không được chuẩn bị trước cho cuộc sống đơn độc một mình (Glick, Weiss, & Parkes, 1974; xem Chương 10). Nam giới lớn tuổi hơn thường vụng về trong việc giải quyết các công việc thường ngày, cần thiết như nấu ăn, mua sắm, chăm sóc nhà cửa, và bị các thành viên trong gia đình cô lập về mặt cảm xúc hơn.

Mặc dù cả người góa chồng lẫn góa vợ đều chịu sự thiệt hại về tài chánh, nhưng người góa chồng thường thiệt hại nhiều hơn vì phúc lợi của người còn sống thường chỉ bằng một nửa tiền hưu của chồng (Smith & Zick, 1986, 1996). Đối với nhiều phụ nữ, cảnh góa chồng thường dẫn đến sự nghèo đói (Pearson, 1996).

Một yếu tố quan trọng nên nhớ và sự khác biệt giới tính trong cảnh góa là nam giới thường lớn tuổi hơn nữ khi họ góa vợ. Ở một số mức độ nào đó, sự khó khăn do những người góa vợ báo cáo có thể một phần là do sự khác biệt độ tuổi này. Thật ra, nếu độ tuổi giữ nguyên không đổi thì dữ

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Sự khác biệt tụ tập trong sự tham gia làm việc vặt trong nhà của nam giới có ảnh hưởng gì đối với các thế hệ góa vợ sau này?

liệu thu được qua nhiều năm cho thấy rằng người góa chồng thực tế sẽ lo âu nhiều hơn người góa vợ (Atchley, 1975). Bất kể độ tuổi, nam giới có lợi thế thấy rõ so với phụ nữ trong cơ hội hình thành mối quan hệ tình dục khác giới mới, vì ít có sự kìm chế của xã hội đối với mối quan hệ hơn giữa nam lớn tuổi và phụ nữ nhỏ tuổi (Matthews, 1996). Tuy nhiên, người góa vợ lớn tuổi thật ra ít có khả năng hình thành các mối quan hệ mới, thân mật như người góa chồng. Có lẽ điều này đơn thuần là sự tiếp nối khuynh hướng trong suốt đời của nam giới có một vài tình bạn thân mật (xem Chương 10). Người góa chồng có nhiều khả năng tham gia các nhóm hỗ trợ hỗn hợp, khuyến khích sự hình thành các tình bạn mới (Vachon và người khác, 1980).

Vì nhiều lý do, kể cả nhu cầu kết bạn và yên tâm tài chánh, một số người góa chồng sẽ lấy chồng khác. Một nghiên cứu khảo sát sự tái hôn như một biện pháp đối phó ở những người góa chồng lớn tuổi bằng cách phỏng vấn 39 người góa chồng lấy chồng khác, 192 nghĩ đến tái hôn, và 420 không nghĩ đến (Gentry & Schulman, 1988). Phụ nữ tái hôn báo cáo sự quan tâm đến các nhóm khác giảm đi đáng kể. Thật thú vị, số phụ nữ góa chồng tái hôn cũng là số phụ nữ nhớ lại những mối lo ngại về cảnh sống một mình nhiều nhất và báo cáo có mức độ cảm xúc đau buồn nhiều hơn ngay sau khi chồng chết. Rõ ràng, tái hôn giúp số phụ nữ góa chồng này giải quyết sự đau buồn sau khi chồng mất bằng cách tạo ra sự an ủi và bầu bạn.

TƯ CÁCH LÀM ÔNG BÀ CỐ

Như được đề cập trong Chương 12, làm ông bà là một vai trò quan trọng và thú vị đối với nhiều người lớn. Với số lượng người ngày càng tăng, nhất là phụ nữ, sống thật già, ngày càng có nhiều người trở thành ông bà cố hơn. Độ tuổi trong hôn nhân đầu tiên và độ tuổi trong tư cách làm bố mẹ cũng đóng vai trò quyết định, những người đạt đến các cột mốc này ở độ tuổi tương đối nhỏ có nhiều khả năng trở thành ông bà cố hơn. Hầu hết các ông bà cố hiện tại như người phụ nữ trong ảnh chụp là những phụ nữ lấy chồng tương đối trẻ, có con và cháu cũng đã kết hôn và có con tương đối sớm trong tuổi trưởng thành.



Mặc dù ít có nghiên cứu về ông bà cố, nguồn tạo ra sự hài lòng và ý nghĩa của tư cách làm ông bà cố rõ ràng khác với nguồn tạo ra sự hài lòng và ý nghĩa của tư cách làm ông bà (Doka & Mertz, 1988; Wentkowski, 1985). So với ông bà, ông bà cố giống nhau nhiều hơn trong tư cách một nhóm một họ suy luận vai trò của mình, phần lớn vì họ ít quan tâm đến con cháu như ông bà. Ba khía cạnh làm ông bà cố rõ ràng quan trọng nhất (Doka & Mertz, 1988).

Thứ nhất, làm ông bà cố tạo ra ý thức đổi mới cá nhân và gia đình – thành phần quan trọng trong việc đạt đến tính toàn vẹn. Cháu cố của họ đã tạo ra cuộc đời mới, làm mới sự phấn khích của chính mình về cuộc đời và khẳng định lại sự tiếp nối dòng dõi. Việc nhìn thấy gia đình của mình phát triển trong bốn thế hệ cũng tạo ra được sự hỗ trợ tâm lý, thông qua cảm giác tính bất tử biểu tượng để giúp họ đối mặt với cái chết. Như người phụ nữ trong ảnh chụp bên trên, họ tự hào và dễ chịu khi biết rằng gia đình sẽ sống nhiều năm nữa ngoài quãng đời của mình ra.

Thứ hai, cháu cố tạo ra sự đa dạng mới trong cuộc sống của ông bà cố. Lúc này có thêm người mới để họ chia sẻ kinh nghiệm của mình.

Thứ ba, việc trở thành ông bà cố là một cột mốc quan trọng, một dấu hiệu trường thọ mà hầu hết mọi người chưa hề có được. Người ta nhận thức rất tích cực ý nghĩa của sự trường thọ của một người chứng kiến bốn thế hệ con cháu nối tiếp nhau.

Như bạn nghĩ, những người có ít nhất một ông bà và ông bà cố còn sống tương tác với ông bà của mình nhiều hơn, cũng được xem là có ảnh hưởng hơn (Roberto & Skoglund, 1996). Thật không may, một số ông bà cố phải đảm nhận của người chăm sóc chính đối với cháu cố của mình, một vai trò chỉ có một vài ông bà cố được chuẩn bị đảm nhận (Bengtson, Mills, & Parrott, 1995; Burton, 1992). Khi có nhiều người sống lâu sống thọ hơn thì thật thú vị khi tìm hiểu liệu vai trò của ông bà cố có thay đổi và nổi bật hơn không.

TỰ KIỂM TRA

1. Hai hình thức thường gặp nhất trong mối quan hệ anh chị em ruột ở tuổi già là trung thành và ______.
2. Nói chung, sự hài lòng trong hôn nhân ở các cặp vợ chồng lớn tuổi cao cho đến khi ______.
3. Yếu tố dự đoán căng thẳng ở những người chăm sóc bạn đời là ______.
4. ______ có nguy cơ chết cao hơn ngay sau khi vợ mất.
5. Ba khía cạnh trong tư cách làm ông bà cố đặc biệt quan trọng là đổi mới cá nhân và gia đình, sự đa dạng, và ______.
6. Mô tả sự hài lòng trong hôn nhân và chăm sóc bạn đời trình bày ở phần này phù hợp với mô tả sự hài lòng trong hôn nhân ở Chương 10 và chăm sóc bố mẹ già ở Chương 12 như thế nào? Có điểm gì giống và khác nhau?

Trả lời: (1) tương đắc, (2) vấn đề sức khỏe phát sinh, (3) sự hài lòng trong hôn nhân, (4) người góa vợ, (5) thực tế đây là cột mốc.

VẤN ĐỀ XÃ HỘI VÀ TUỔI GIÀ

Mục tiêu nghiên cứu

- **Người già yếu đuối là ai? Sự yếu đuối phổ biến như thế nào?**
- **Người già ở đâu trong cộng đồng?**
- **Ai là người có khả năng sống trong nhà dưỡng lão nhiều nhất? Đặc điểm của các nhà dưỡng lão là đặc điểm gì?**
- **Bạn biết thế nào liệu một người già bị ngược đãi hoặc bị bỏ bê hay không? Người nào có nhiều khả năng bị ngược đãi và trở thành người bị ngược đãi nhất?**
- **Vấn đề chính sách xã hội quan trọng ảnh hưởng đến người già là gì?**

ROSA là một bà già 82 tuổi sống trong cùng khu xóm bà sống khi nhỏ. Hầu hết cuộc đời, sức khỏe của bà tương đối tốt nhưng vào năm ngoái bà phải cần người khác giúp đỡ như nấu cơm và mua giùm một số hàng hóa. Rosa rất muốn sống trong căn nhà của bà. Bà sợ người ta đưa mình vào nhà dưỡng lão, nhưng gia đình tự hỏi không biết đây có phải là tùy chọn tốt nhất hay không.



Sự nghiên cứu của chúng ta về tuổi già tập trung vào kinh nghiệm của hầu hết mọi người. Trong tiết cuối cùng này, chúng ta tìm hiểu những người như Rosa, tượng trưng cho một số lượng đáng kể, nhưng vẫn còn là một thiểu số trong tất cả những người già. Như Rosa một số người già cảm nhận được sự khó khăn khi thực hiện những công việc thông thường như tự chăm sóc lấy mình. Chúng ta tìm hiểu sự nổi bật và các loại vấn đề mà những người như thế đối mặt. Mặc dù hầu hết người già đang sống trong cộng đồng nhưng một số khác phải sống trong nhà dưỡng lão, chúng ta tìm hiểu loại người có nhiều khả năng phải sống trong bối cảnh tổ chức. Thật không may, một số người già là nạn nhân của sự ngược đãi hoặc bỏ bê, chúng ta cũng nghiên cứu một số vấn đề quan trọng liên quan đến tình hình ngược đãi người già. Sau cùng, chúng ta kết thúc bằng sự khái quát hóa các vấn đề chính sách xã hội nổi bật quan trọng nhất.

NGƯỜI GIÀ YẾU ĐUỐI

Trong thảo luận của chúng ta về tuổi già cho đến lúc này, thường tập trung vào đa số người già vẫn còn khỏe mạnh, có khả năng nhận thức, yên tâm tài chánh và có mối quan hệ gia đình đảm bảo. Một số người già, như người phụ nữ trong ảnh chụp không may mắn như thế. *Họ là* người già yếu đuối *bất lực cơ thể, rất yếu, có thể bị rối loạn nhận thức hoặc tâm lý.* Những người già yếu đuối này cấu thành một thiểu số trong dân số trên độ tuổi 65, nhưng là một tỉ lệ tăng dần theo độ tuổi.

Người già yếu đuối là những người có năng lực (theo nghĩa mô hình năng lực – áp lực môi trường được trình bày ở đầu chương) đang giảm sút. Tuy nhiên, họ không có một rối loạn cụ thể để phân biệt mình với người già hoạt động, khỏe mạnh khác (Guralnick & Simonsick, 1993; Strawbridge và người khác, 1998). *Nói chung, họ không thể thực hiện một hay nhiều công việc tự chăm sóc cơ bản như ăn uống, tắm rửa, vệ sinh, đi đứng hoặc mặc quần áo, nói chung, những công việc này được gọi là* hoạt động sinh hoạt hàng ngày *hoặc ADL.* Một người được xem là yếu đuối khi phải nhờ người khác giúp đỡ mình làm một trong số những công việc này.

Các công việc khác cũng được xem là quan trọng trong sinh hoạt độc lập. *Những* hoạt động sinh hoạt hàng ngày công cụ (IADL) *là những hành động đòi hỏi một số năng lực trí năng và lên kế hoạch.* Hành động nào cấu thành IADL thay đổi đáng kể từ văn hóa này đến văn hóa khác (Katz, 1983). Chẳng hạn, đối với hầu hết người già trong văn hóa phương Tây, IADL bao gồm việc đi mua sắm đồ dùng cá nhân, trả tiền điện nước, gọi điện thoại, uống thuốc đúng giờ, duy trì các cuộc hẹn. Trong các nền văn hóa khác, IADL bao gồm việc chăm sóc đàn gia súc, làm bánh, đập lúa, và trông nom hoa màu.

Sự thịnh hành của tình trạng yếu đuối

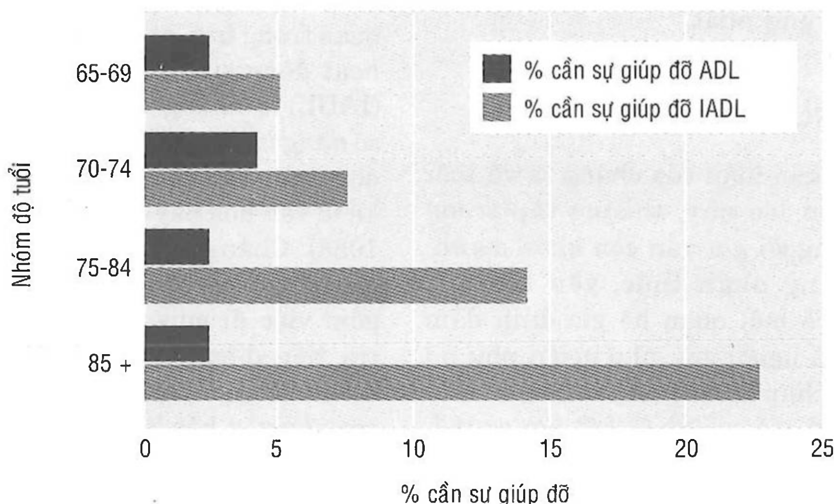
Những người như Rosa, bà lão 82 tuổi trong phần minh họa vẫn còn sống trong cùng khu xóm nơi bà ở khi xưa có phổ biến không? Như bạn thấy trong biểu đồ, số lượng người già cần sự giúp đỡ ADL tăng đáng kể theo độ tuổi (Crimmins, Saito, & Reynolds, 1997; Guralnick & Wallace, 1991). Chưa đến 5% số người lớn độ tuổi 65 – 74 cần sự giúp đỡ, trong khi 20% số người già hơn tuổi 85 cần sự giúp đỡ (Trung tâm thông tin về người già quốc gia, 1997). Sức khỏe kém làm cho vấn đề thêm trầm trọng. Một nghiên cứu mở rộng chức năng hoạt động ở con người trong năm trước khi mất cho thấy hơn 70% số người già cần giúp đỡ ADL, quả thật hầu như mọi người trên 85 tuổi đều cần sự giúp đỡ nào đó, và một nửa cần được giúp đỡ tất cả (Lentzner và người khác, 1992).

Kết quả tương tự cũng được báo cáo đối với IADL. Như bạn thấy trong biểu đồ, số lượng người lớn cần sự giúp đỡ IADL cũng tăng đáng kể sau tuổi 85 (Trung tâm thông tin về người già quốc gia, 1997). Tuy nhiên, có một số chứng cứ cho rằng số lượng người cần giúp đỡ IADL giảm chút ít từ đầu thập niên 1980 đến giữa thập niên 1990 (Crimmins và người khác, 1997). Sự giảm sút này có thể là do hệ thống hỗ trợ đối với cải thiện có sẵn cho những người có yêu cầu.

Mặc dù già yếu có nhiều khả năng xảy ra hơn khi độ tuổi càng lớn, nhất là trong năm cuối cùng của cuộc sống, có nhiều cách để tạo ra một môi trường hỗ trợ người già suy nhược. Chúng ta đã thấy nhiều thành viên trong gia đình chăm sóc ra sao. Sau này, chúng ta sẽ tìm hiểu vai trò của các nhà dưỡng lão. Điều quan trọng là phải tạo ra một bối cảnh hỗ trợ người già suy nhược là hình thành sự phù hợp tối ưu giữa năng lực và yêu cầu môi trường của cá nhân.

SỐNG TRONG NHÀ DƯỠNG LÃO

Nơi cuối cùng mà Bessie nghĩ mình sẽ đi đến là chiếc giường trong một nhà dưỡng lão ở địa phương. Bà nói với bạn bè, "đây là nơi dành cho người già gần chết, không phải dành cho tôi". Nhưng bà nằm ở đây. Cách đây vài tuần Bessie té ngã, gãy xương hông. Vì bà sống một mình nên phải ở trong nhà dưỡng lão cho đến khi hồi phục. Bà chán ngấy thức ăn ở đây, bà bảo thức ăn "lạt nhách". Bạn cùng phòng, Doris gọi căn phòng



giống như "nhà tù" khi nói chuyện với con gái. Doris, 78 tuổi, bị bệnh mất trí.

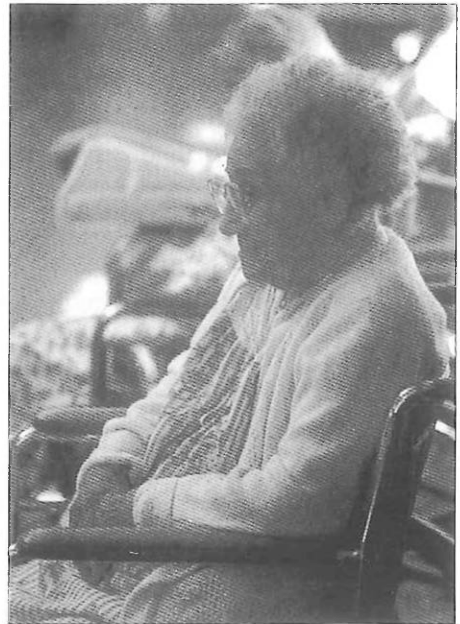
Bessie và Doris tượng trưng cho nhiều người đang sống trong nhà dưỡng lão, một số sống tạm thời, một số sống vĩnh viễn. Nếu được chọn đa số người già không muốn sống trong nhà dưỡng lão, gia đình của họ cũng thích một số giải pháp khác. Đôi khi, việc đưa vào nhà dưỡng lão là điều cần thiết vì nhu cầu của người già và hoàn cảnh gia đình.

Cũng thường gặp nhận thức sai về nhà dưỡng lão. Trái với những gì một số người thường nghĩ, chỉ có khoảng 5% người già sống trong các nhà dưỡng lão vào một ngày bất kỳ. Tuy nhiên, khoảng 50% số người sống qua tuổi 85 ít nhất đều có thời gian sống trong các trung tâm chăm sóc dài hạn (Viện nghiên cứu tuổi già quốc gia, 1997). Vì thế, qua khỏi quãng đời trưởng thành, số người có thời gian sống trong nhà dưỡng lão khá lớn.

Qui định của chính phủ Mỹ xác định hai cấp chăm sóc chính trong nhà dưỡng lão (Johnson & Grant, 1985). Chăm sóc trung cấp *bao gồm chăm sóc 24 giờ cần có sự giám sát của điều dưỡng, nhưng thường không ở cấp hồi sức*. Chăm sóc điều dưỡng kỹ năng *bao gồm chăm sóc 24 tiếng đòi hỏi giám sát khá thường xuyên và cung cấp phục vụ y học và phục vụ y tế khác, thường là do điều dưỡng cung cấp*. Mỗi tiểu bang đều có qui định cụ thể về từng loại chăm sóc.

Ai sống trong nhà dưỡng lão?

Năm 1997, hơn 1,5 triệu người già sống trong nhà dưỡng lão, năm 2018 con số này dự kiến tăng lên 3,6 triệu (Viện nghiên cứu tuổi già quốc gia, 1997). Nói chung, phụ nữ có nhiều khả năng vào nhà dưỡng lão nhiều hơn nam giới. Tại sao? Thông thường, nam giới lớn tuổi cần sự giúp đỡ sinh hoạt và sức khỏe thường



từ sự giúp đỡ của vợ, trong khi phụ nữ lớn tuổi có nhu cầu tương tự có nhiều khả năng giống như người phụ nữ trong ảnh chụp: phụ nữ góa chồng hoặc phụ nữ sống độc thân vì lý do khác có ít tùy chọn chăm sóc hơn. Vì thế, những phụ nữ này có nguy cơ phải vào nhà dưỡng lão nhiều hơn (Viện nghiên cứu tuổi già quốc gia, 1997; Wolinsky và người khác, 1992).

Nói chung, người già thuộc nhóm dân tộc thiểu số ít có khả năng sống trong các nhà dưỡng lão như người Mỹ gốc Âu (Wolinsky và người khác, 1992). Lý do giải thích sự khác biệt này không hoàn toàn chắc chắn. Có thể một phần do các tiêu chuẩn khác nhau trong việc chăm sóc: chẳng hạn người Mỹ gốc Phi thường thích dựa vào người chăm sóc trong gia đình hơn là các tổ chức (Johnson & Barer, 1990). Cũng vì lý do tài chánh, người nghèo trong tất cả các nhóm dân tộc thiểu số ít có khả năng tiếp cận với các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế hơn (Belgrave, Wykle, & Choi, 1993). Ngoài ra, thiếu hiểu biết về nhà dưỡng lão như một tùy chọn cũng là yếu tố đối với các nhóm thiểu số (Segall & Wykle, 1988 – 89).

Nhà dưỡng lão tốt có đặc điểm gì?

Nhà dưỡng lão khác nhau rất nhiều trong số lượng lẫn chất lượng chăm sóc. Một cách hữu ích để đánh giá các nhà dưỡng lão này là bằng việc áp dụng mô hình năng lực – áp lực môi trường. Khi áp dụng vào nhà dưỡng lão, mục tiêu là phải tìm ra mức độ hỗ trợ môi trường tối ưu đối với những người có mức năng lực tương đối thấp.

Việc chọn nhà dưỡng lão nên được tiến hành cẩn thận. Cục quản lý trợ cấp chăm sóc y tế thuộc Bộ y tế và phục vụ con người Mỹ cung cấp hướng dẫn chi tiết trong việc chọn nhà dưỡng lão. Trong số những điều quan trọng nhất cần xem xét là chất lượng cuộc sống đối với cư dân (chẳng hạn như liệu cư dân có ăn mặc tươm tất hay không, thức ăn có ngon không, và phòng ốc có đủ bàn ghế tiện nghi không), tính chất chăm sóc (liệu nhân viên có đáp ứng nhanh khi cư dân có yêu cầu không, liệu nhân viên và gia đình có tham gia việc ra quyết định chăm sóc không), tính an toàn (liệu có đủ số nhan viên, liệu lối đi có để vật gì lộn xộn không), và các vấn đề khác (liệu có khu vực lộ thiên dành cho cư dân sử dụng không). Những khía cạnh này của nhà dưỡng lão phản ánh những khía cạnh được các tiểu bang cân nhắc trong quá trình kiểm tra và cấp giấy phép.

Một số nhà nghiên cứu nêu rõ sự phù hợp giữa nhu cầu của cư dân và khả năng của nhà dưỡng lão đáp ứng nhu cầu này là yếu tố quyết định tối ưu hóa thể chất (Kahana, 1982). Một phần quan trọng trong việc đáp ứng nhu cầu của cư dân là khuyến khích gia đình thăm nuôi. Nghiên cứu cho thấy cư dân được gia đình thường xuyên thăm nuôi có mức độ hoạt động chức năng tâm lý xã hội tăng đáng kể (Greene & Monahan, 1982). Một số lời khuyên dành cho người thăm nuôi trong nhà dưỡng lão được trình bày trong phần Bạn có thể ngạc nhiên.

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: BẠN ĐÁP ỨNG NHU CẦU CỦA CƯ DÂN TRONG NHÀ DƯỠNG LÃO RA SAO?



Lần đầu tiên hầu hết mọi người tham quan một nhà dưỡng lão, họ chưa chuẩn bị kỹ: cố trò chuyện với thành viên trong gia đình đang già yếu, nhớ khó khăn và không thể tự mình xoay trở. Phần khó nhất là phải tưởng tượng mình nên nói điều gì.

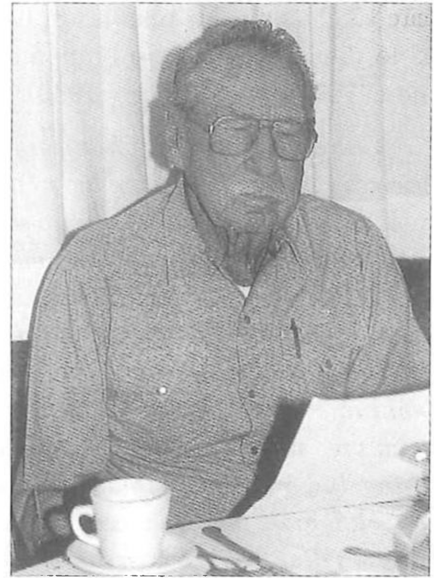
Tuy nhiên, việc thăm nuôi cư dân trong nhà dưỡng lão giống như những người trong ảnh chụp là cách để duy trì sự tiếp xúc xã hội và tạo ra một hoạt động có ý nghĩa. Thậm chí khi người được bạn thăm nuôi quá già yếu và có sự giảm sút nhận cảm hoặc một số loại bất lực khác, cần nên tăng cường các cuộc thăm nuôi. Như đã nêu trong phần đầu chương này, tiếp xúc xã hội chất lượng cao giúp người già duy trì sự hài lòng trong cuộc sống. Sau đây là một số đề nghị để làm cho các cuộc thăm nuôi thêm phần thú vị (Papalia & Olds, 1995; phỏng theo Davis, 1985).

- Tập trung vào khả năng chuyên môn và hiểu biết của người già như được đề cập trong Chương 12, bằng cách yêu cầu người già cho lời khuyên giải quyết một khó khăn trong cuộc sống mà người già ấy biết nhiều, chẳng hạn như nấu ăn, nghề thủ công, đối xử với bạn bè.



- Để cho người già sử dụng quyền kiểm soát đối với cuộc thăm nuôi: đi đâu (thậm chí bên trong cơ sở), mặc gì, ăn gì (nếu chọn lựa có thể làm được).
- Chú ý lắng nghe, cho dù người già có lặp đi lặp lại đi nữa. Tránh đừng đánh giá, hãy tỏ vẻ đồng cảm với lời than vãn và hiểu được cảm xúc của người già.
- Nói về những chuyện mà người già muốn nhớ như nuôi con, nghĩa vụ quân sự, trưởng thành, công việc, tìm hiểu, v. v...
- Cùng nhau thực hiện, như cùng giải trò chơi ghép hình, sắp xếp lại ảnh chụp trong album, hoặc cùng vẽ tác phẩm nghệ thuật, cùng làm món hàng thủ công.
- Ghi âm hoặc ghi hình cuộc thăm nuôi, rất đáng giá trong việc hình thành lịch sử gia đình mà bạn có khả năng lưu giữ được. Hoạt động tạo điều kiện thuận lợi cho việc ôn lại cuộc đời cũng như tạo một cơ hội cho người già để lại một điều gì đó có giá trị cho các thế hệ sau này bằng cách mô tả các sự kiện cá nhân và triết lý quan trọng.
- Nếu có thể, dắt con đi theo. Cháu đặc biệt quan trọng khi hầu hết người già đều rất vui khi có cháu chuyện trò. Những cuộc viếng thăm như thế cũng giúp cho cháu có dịp nhìn thấy ông bà của mình và tìm hiểu sự đa dạng ở người già.
- Khuyến khích càng nhiều giác quan càng tốt. Mặc quần áo màu sáng, ca hát, đọc sách, chia thức ăn (với điều kiện phải được nhân viên kiểm tra) giúp cư dân quan tâm đến môi trường của mình. Mặc dù, luôn nắm tay người già khi trò chuyện vì đây là biểu hiện của sự tiếp xúc thân mật.

Luôn nhớ những cuộc thăm nuôi của bạn là cách duy nhất để cư dân có được sự tiếp xúc xã hội với bạn bè và gia đình. Bằng cách áp dụng những lời khuyên này, bạn có thể tránh được khó khăn và làm cho các cuộc thăm nuôi thú vị hơn.



Cư dân nhà dưỡng lão được nhân viên đối xử ra sao cũng là điều quan trọng đối với thể chất. Quan trọng nhất, cư dân cần nhận thức rằng mình có một số mức độ kiểm soát cuộc sống của mình (Langer, 1985). Để chứng minh quan điểm này, Langer và Rodin (1976) tiến hành một thí nghiệm thật tài tình. Một nhóm cư dân nhà dưỡng lão yêu cầu nhân viên quan tâm và ra quyết định trong sinh hoạt hàng ngày. Trái lại, nhóm cư dân thứ hai như người đàn ông trong ảnh chụp được khuyến khích ra quyết định của chính mình về bữa ăn, hoạt động giải trí, v. v... Kết quả chứng minh rằng hơn 90% nhóm thứ hai chứng tỏ có sự cải thiện đáng kể về mức độ hoạt động và thể chất. Nhưng hơn 70% nhóm bị động trở nên yếu hơn, bất lực hơn, và họ có nhiều khả năng chết trong 18 tháng sau hơn (Rodin & Langer, 1977). Nghiên cứu tiếp theo sau chứng minh rằng đây là cảm giác tự thể hiện tiềm năng cá nhân vốn là điều quyết định trong quá trình này (Johnson và người khác, 1998).

Một ngụ ý trong những chứng cứ này là nhân viên chỉ nên giúp đỡ khi cần thiết, và nên tránh thông lệ lặp đi lặp lại (Langer, 1985). Những đặc điểm này có nhiều khả năng được tìm thấy trong

các tổ chức phi lợi nhuận lớn hơn vốn có tỉ lệ điều dưỡng và trợ lý điều dưỡng cao hơn (Pillemer & Moore, 1989).

Cũng quan trọng, những người tương tác với cư dân nhà dưỡng lão nên tránh lời nói kẻ cả, *mang đặc điểm nói chậm hơn, ngữ điệu nhấn mạnh, âm sắc cao hơn, âm lượng lớn hơn, lặp đi lặp lại, câu hỏi kết thúc đóng và vốn từ, ngữ pháp đơn giản thái quá. Một hình thức liên quan đến lời nói làm mất giá trị, gọi là* trẻ con hoá, *bao gồm việc sử dụng tên của một người không đúng lúc, những từ thân mật, cách diễn đạt đơn giản thái quá, câu mệnh lệnh cộc lốc, giả định cho rằng cư dân không còn trí nhớ và phải khéo chiều.* Một số nghiên cứu dẫn chứng bằng tư liệu rằng việc sử dụng lời nói kẻ cả và trẻ con hóa dẫn đến suy nghĩ tiêu cực ở cư dân, làm giảm lòng tự trọng ở những người xem lời nói như thế là tiêu cực (O'Connor & Rigby, 1996; Ryan, Hamilton, & See, 1994; Whitbourne, Culgin, & Cassidy, 1995; Whitmer & Whitbourne, 1997). Cũng như đối với những người ở độ tuổi bất kỳ, cư dân nhà dưỡng lão nên được đối xử bằng thái độ tôn trọng và chân giá trị.

NGƯỢC ĐÃI VÀ BỎ BÊ NGƯỜI GIÀ

Arletta, một bà lão 82 tuổi, sức khỏe tương đối kém, sống chung với người em gái 60 tuổi tên Sally được 2 năm. Gần đây, hàng xóm bắt đầu lo vì họ không thấy mặt Arletta trong vài tháng nay. Khi thấy mặt, trông bà có vẻ tiều tụy, rất ốm, và như thể cả tuần bà chưa tắm. Sau cùng, hàng xóm quyết định nên làm một điều gì đó, vì thế họ gọi điện đến văn phòng địa phương thuộc bộ phục vụ con người. Khi nghe chi tiết tình huống, một nhân viên điều tra tiến hành điều tra ngay lập tức. Nhân viên điều tra phát hiện rằng Arletta bị nuôi dưỡng rất kém, cả tuần không được tắm, có vẻ như mất



định hướng. Dựa vào những chứng cứ này, cơ quan kết luận rằng Arletta là nạn nhân của sự bỏ bê. Tạm thời bà được đưa vào nhà dưỡng lão trong hạt.

Thật không may, một số người già giống như phụ nữ trong ảnh cần sự chăm sóc chất lượng của thành viên trong gia đình hoặc trong nhà dưỡng lão. Trong một số trường hợp, người già như Arletta bị đối xử thậm tệ. Trường hợp của Arletta tiêu biểu cho vấn nạn đáng buồn nhưng ngày càng nhiều này: sự ngược đãi và bỏ bê người già. Trong phần này, chúng ta tìm hiểu sự ngược đãi và bỏ bê người già là gì, diễn ra thường xuyên đến mức nào, nạn nhân và người ngược đãi là ai.

➡ *Định nghĩa sự ngược đãi và bỏ bê người già*

Như sự ngược đãi trẻ con (xem Chương 7, trang 294 – 296) và ngược đãi bạn đời (xem Chương 10, trang 428 – 431), ngược đãi người già rất khó định nghĩa chính xác trong thực tế. Nói chung, các nhà nghiên cứu và những người tán thành chính sách công mô tả một số loại ngược đãi người già khác nhau (Trung tâm giải quyết vấn đề ngược đãi toàn quốc [NCEA], 1997): thể xác (như đánh đập hoặc không chăm sóc), tâm lý/ cảm xúc (như cô lập xã hội và dùng lời lẽ xúc phạm), tình dục, khai thác vật chất hoặc tài chánh (như sử dụng ngân

quỹ phi pháp hoặc không thích hợp), và bỏ rơi (ruồng bỏ người già của người có trách nhiệm giám hộ người già hoặc người đảm nhận trách nhiệm chăm sóc).

Ngoài sự ngược đãi ra, bỏ bê người già cũng là một vấn nạn ngày càng tăng (NCEA, 1997). Bỏ bê ngang có thể cố ý, chẳng hạn như từ chối không thực hiện các nghĩa vụ chăm sóc cơ bản với ý định gây tổn thương, hoặc vô tình, như không cung cấp chăm sóc y tế thích hợp vì người chăm sóc thiếu hiểu biết (Wolf, Godkin, &Pillemer, 1986):

Một phần của vấn đề trong việc nhất trí về một định nghĩa ngược đãi và bỏ bê người già chung là nhận thức khác nhau giữa các nhóm dân tộc. Chẳng hạn, phụ nữ lớn tuổi Mỹ gốc Phi, Mỹ gốc Hàn, và Mỹ gốc Âu sử dụng các tiêu chuẩn khác nhau trong việc quyết định kịch bản mình đã đọc có tượng trưng cho sự ngược đãi hay không (Moon & Williams, 1993). Nhất là phụ nữ lớn tuổi Mỹ gốc Hàn ít có khả năng đánh giá một kịch bản cụ thể là ngược đãi và cho biết rằng nên tìm kiếm sự giúp đỡ hơn số phụ nữ trong hai nhóm dân tộc còn lại. Sự khác biệt tộc người như thế dẫn đến mâu thuẫn giữa các nhân viên phục vụ xã hội sử dụng một tập hợp định nghĩa này trong khi khách hàng sử dụng một tập hợp định nghĩa khác, trong việc quyết định ai sẽ nhận được dịch vụ bảo vệ (Williams & Griffin, 1996).

Sự thịnh hành

Dự đoán chính thức cho rằng 3 - 4% người già ở Mỹ là nạn nhân của sự ngược đãi hoặc bỏ bê. Tuy nhiên, cũng như đối với sự ngược đãi trẻ con và bạn đời, hầu hết các nhà nghiên cứu cho rằng con số dự đoán này vẫn còn thấp nhưng chưa rõ con số thực tế (NCEA, 1997). Hình thức thường gặp nhất là bỏ bê (khoảng 60%), ngược đãi thể xác (16%), và khai thác tài chánh hoặc vật chất (12%). Vì thế, trường hợp bỏ bê của Arletta là một trong những loại thường gặp nhất.

Ngược đãi và bỏ bê không giới hạn ở người già sống trong cộng đồng. Trong một nghiên cứu gồm 577 điều dưỡng và trợ lý điều dưỡng được chọn ngẫu nhiên đang công tác trong các cơ sở chăm sóc trung cấp và chăm sóc kỹ năng, Pillemer và Moore (1989) hỏi thăm cư dân về các hành động họ tự làm cho mình hay có sự giám sát của nhân viên. Họ báo cáo 10% cư dân thừa nhận mình bị ngược đãi thể xác, 40% thừa nhận mình bị ngược đãi tâm lý ít nhất một lần trong năm rồi. Ngoài ra, 36% báo cáo đã nhìn thấy hành động ngược đãi thể xác, và 81% báo cáo đã quan sát thấy hành động ngược đãi tâm lý trong cùng thời gian.

Mô tả sơ lược nạn nhân và người ngược đãi

Tương đối ít có nghiên cứu tập trung vào đặc điểm nạn nhân của sự ngược đãi hoặc bỏ bê người già. Ngoài ra, có sự tranh cãi đáng kể về đặc điểm của nạn nhân bị ngược đãi và thủ phạm. Một quan điểm cho rằng nạn nhân thường quá lệ thuộc vào người khác, và ngược đãi là do căng thẳng quá mức kèm với việc cung cấp chăm sóc (Steinmetz, 1993). Một quan điểm khác cho rằng nạn nhân không lệ thuộc mà đúng ra chính thủ phạm lệ thuộc vào nạn nhân (Pillemer, 1993). Nghĩa là, ngược đãi được cho là do sự lệch chuẩn và lệ thuộc của người chăm sóc mà ra. Những quan điểm khác nhau này về ai bị ngược đãi và lý do tại sao được đề cập chi tiết hơn trong phần Tranh luận hiện nay.



TRANH LUẬN HIỆN NAY: NGƯỜI GIÀ NÀO BỊ NGƯỢC ĐÃI VÀ TẠI SAO?

Một trong những vấn đề gây tranh cãi nhiều nhất về người già là người già nào bị nguy cơ

ngược đãi và bỏ bê nhiều nhất. Phân loại vấn đề này là điều quan trọng để cung cấp dịch vụ thích hợp nhất dành cho nạn nhân và phát triển các chiến lược ngăn ngừa hiệu quả. Như đã nêu, có hai quan điểm cạnh tranh về người nào bị nguy cơ. Tâm điểm tranh luận là vấn đề trông rất đơn giản: nạn nhân bị ngược đãi có lệ thuộc vào thủ phạm hoặc thủ phạm có lệ thuộc vào nạn nhân bị ngược đãi hay không?

Hầu hết các nhà nghiên cứu và lập ra chính sách cho rằng nạn nhân bị ngược đãi là người lệ thuộc. Thật ra, hình ảnh điển hình là nạn nhân bị người chăm sóc ngược đãi, đến lượt người chăm sóc bị căng thẳng đáng kể do việc phải chăm sóc (Steinmetz, 1993). Những nạn nhân như thế thường hơn 80 tuổi, phái nữ, rất trung thành với người chăm sóc, thường xuyên có mâu thuẫn giữa các thế hệ với nhau, có một lịch sử bị ngược đãi trong quá khứ, bị cô lập xã hội và người ngược đãi đòi hỏi khắt khe hoặc khó chịu. Căng thẳng, thất vọng và gánh nặng mà người chăm sóc cảm nhận quá nhiều đến mức một số người không thể chăm sóc nổi, họ biến cảm xúc của mình thành hành vi ngược đãi. Chẳng hạn, có chứng cứ cho thấy khi bắt đầu những giảm sút nhận thức mới ở người được chăm sóc thì làm tăng khả năng có thể bị ngược đãi (Lachs và người khác, 1997). Theo quan điểm này, ngược đãi và bỏ bê người già có nhiều điểm chung với ngược đãi và bỏ bê trẻ con, cả hai đều là nạn nhân, rất lệ thuộc vào thủ phạm trong khâu chăm sóc cơ bản. Quan điểm này dễ hiểu, có lẽ là lý do giải thích tại sao hầu hết các chương trình ngăn ngừa đều dựa trên mô hình nạn nhân lệ thuộc.

Các nhà nghiên cứu khác không đồng ý. Đúng ra là nạn nhân lệ thuộc vào thủ phạm – người chăm sóc, họ xem thủ phạm lệ thuộc vào nạn nhân (Pillemer, 1993). Những thủ phạm này hoàn toàn không phải hành động vì thất vọng, họ được xem là người lệch chuẩn và bị rối loạn tâm thần. Trong tiếp cận này, thủ phạm lệ thuộc vào nạn nhân trong bốn lĩnh vực: nhà ở, hỗ trợ tài chánh, sửa chữa trong nhà và đi lại. Thủ phạm nói chung thường hung bạo hơn, bị bắt giam vì các tội khác và nhập viện vì rối loạn tâm thần (Pillemer, 1993).

Vậy quan điểm nào đúng? Dựa vào nghiên cứu cho đến nay, cả hai quan điểm đều được xác nhận. Điều này có ngụ ý sâu xa trong việc điều trị và ngăn ngừa. Nếu nạn nhân lệ thuộc, thì phải cần chương trình cung cấp dịch vụ cơ bản cho người chăm sóc để giảm bớt căng thẳng của họ. Nếu thủ phạm bị rối loạn tâm thần, lệch chuẩn, thì phải cần chương trình nhận dạng cá nhân có nguy cơ ngược đãi người già. Rõ ràng, phải cần nghiên cứu thêm để đưa ra hướng đi thích hợp cho những người định ra chính sách và giải quyết tranh cãi.

Người ta chú ý nhiều hơn đến việc nhận dạng các đặc điểm của người ngược đãi. Con ở tuổi trưởng thành nói chung có nhiều khả năng ngược đãi người già hơn những người khác (NCEA, 1997). Nói chung, những người ngược đãi hoặc bỏ bê người già thể hiện tỉ lệ lạm dụng các chất gây nghiện và bị rối loạn sức khỏe tâm thần cao hơn, là những người chăm sóc thiếu kinh nghiệm, gặp nhiều khó khăn kinh tế, ít được các thành viên khác trong gia đình giúp đỡ trong việc chăm sóc, thường hay chỉ trích, không thông cảm với người khác, và có nhiều khả năng chính họ lúc nhỏ cũng bị ngược đãi (NCEA, 1997; Pillemer, 1993).

Một ngoại lệ quan trọng đối với những mẫu chung này là ngược đãi người mất trí. Nghiên cứu chứng minh rằng trong trường hợp này, bạn đời có nhiều khả năng đối xử hung bạo với người cần được chăm sóc, nhất là khi người chăm sóc bạn đời trước đây đã bị người được chăm sóc có hành động bạo lực hoặc hành vi gây hấn (Pillemer & Suitor, 1992), hoặc sự giảm sút nhận thức gia tăng (Lachs và người khác, 1997). Tuy nhiên, có một số lý do để hi vọng. Dữ liệu bổ sung cho thấy rằng những người chăm sóc bạn đời có suy nghĩ bạo hành báo cáo có nhiều khả năng họ sẽ đưa người được chăm sóc vào nhà dưỡng lão trong tương lai gần (Pillemer & Suitor, 1992).

Những đặc điểm này phù hợp với mẫu bạo hành trong gia đình như lời giải thích cho sự ngược đãi nói chung (xem Chương 10). Một số tác giả lập luận rằng sự ngược đãi và bỏ bê người già có thể giống với trường hợp ngược đãi bạn đời khi thủ phạm là vợ hoặc chồng, và giống với ngược đãi trẻ khi thủ phạm là người chăm sóc trong gia đình (Steinmetz, 1993). Các tác giả khác (Pillemer, 1993) phủ nhận một sự tương đồng bất kỳ giữa ngược đãi người già và ngược đãi trẻ con, ngoại trừ trong những trường hợp rối loạn tâm thần có ở cả hai loại người ngược đãi. Mặc dù cần nhiều nghiên cứu hơn để phân loại những kết hợp có thể này, ngược đãi và bỏ bê người già rõ ràng có chung nhiều khía cạnh với các loại bạo hành trong gia đình khác. Nhiều nghiên cứu hơn có thể dẫn đến một mô hình lý thuyết chung về ngược đãi bạn đời và giữa các thế hệ với nhau, giúp chúng ta hiểu được hoàn cảnh nào có nhiều khả năng phát sinh sự ngược đãi và bỏ bê.

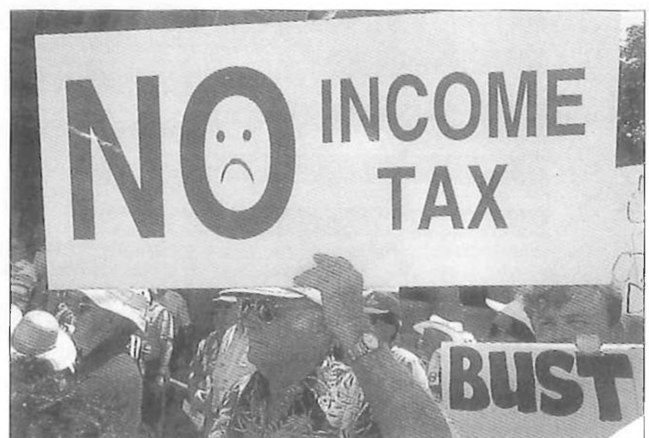
VẤN ĐỀ CHÍNH SÁCH CÔNG VÀ NGƯỜI GIÀ

Chắc chắn thế kỷ 20 chứng kiến sự cải thiện ấn tượng trong sinh hoạt hàng ngày của người già ở các nước công nghiệp. Sự ra đời của "Tiểu bang phúc lợi người già" (Myles, 1983) do sự lập ra An sinh xã hội và Chăm sóc y tế, cùng nhiều phúc lợi khác, phần lớn thay đổi cảnh quan xã hội và chính trị của nước Mỹ. Phúc lợi kinh tế của đa số người già chưa hề tốt hơn hiện nay, chẳng hạn, trong thập niên 1950, khoảng 35% người già nằm dưới mức nghèo khổ của liên bang so với khoảng 11% vào giữa thập niên 1990 (Baugher & Lamison-White, 1996). Nhưng thời thế đã thay đổi. Nhiều như lớn nhỏ tuổi hơn và ở tuổi trung niên hoàn toàn hoài nghi về khả năng có thể tồn tại lâu dài của những chương trình chính phủ này, nhất là giá cả tăng đến mức khủng khiếp cùng với thế hệ bùng pháp trẻ sơ sinh nay đã lớn tuổi (Binstock, 1999). Bầu không khí chính trị cũng thay đổi, mặc dù mầm mống được gieo cách đây hơn hai thập kỷ.

Cảnh quan chính trị

Bắt đầu vào thập niên 1970, người già được mô tả như những người giơ đầu chịu báng trong các cuộc tranh luận chính trị về tài nguyên chính phủ. Một phần lý do là do sự phát triển khổng lồ về số lượng và tỉ lệ dollar liên bang được mở rộng cho các phúc lợi dành cho người già. Ngoài ra, người già được mô tả như những người tích cực trong hoạt động chính trị, dè dặt trong tài chánh và ích kỷ, những người như những người trong ảnh chụp củng cố quan điểm này (Fairlie, 1988; Gibbs, 1988; Smith, 1992). Tranh luận cải cách chăm sóc y tế của đầu thập niên 1990 tập trung sự chú ý vào chi phí chăm sóc người già gia tăng khủng khiếp dự đoán làm cho ngân sách liên bang sẽ đi đến phá sản nếu như không được kiểm soát (Binstock, 1999). Do đó, người già xuất hiện như một nguồn gây ra các khó khăn tài chánh của nước Mỹ.

Chính trong bối cảnh này Quốc hội Mỹ bắt đầu tiến hành thay đổi cơ bản trong phúc lợi dành cho người già trên cơ



sở sự công bằng giữa các thế hệ. Lập luận cho rằng nước Mỹ phải đối xử với các thế hệ thật công bằng, không thể dành phúc lợi đáng kể cho một thế hệ bất kỳ (Binstock, 1994). Bắt đầu vào năm 1983, Quốc hội thực hiện nhiều thay đổi trong An sinh xã hội, Chăm sóc y tế, Luật về người già Mỹ, và các chương trình cùng chính sách khác. Một số thay đổi này cắt giảm phúc lợi dành cho người già giàu có, trong khi những thay đổi khác tạo ra phúc lợi nhắm vào người già nghèo (Binstock, 1999).

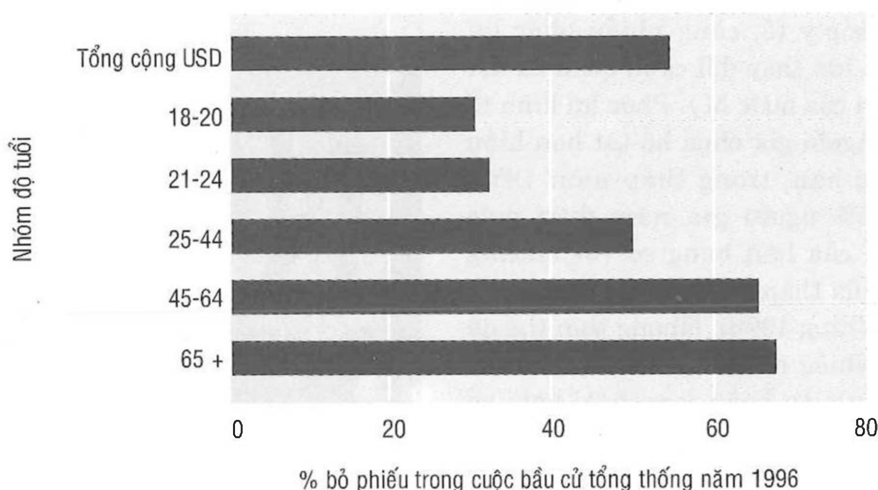
Áp lực phải cân đối ngân sách liên bang Mỹ dẫn đến kết quả vào năm 1995 trong Ủy ban lưỡng đảng về việc trao quyền và cải cách thuế, phát hành một báo cáo về hậu quả tài chánh của đợt bùng phát trẻ sơ sinh đối với An sinh xã hội và Chăm sóc y tế trong thế kỷ 21. Bức tranh thật ảm đạm – nếu không thực hiện một điều gì đó thì sức khỏe tài chánh của cả hai phúc lợi thật đáng ngờ. Luật ngân sách cân đối 1997 (Công luật số 105 – 33, 1997) bao gồm các biện pháp cắt giảm sự phát triển chi phí chăm sóc y tế khoảng 115 tỉ USD vào năm 2002 để tránh khủng hoảng trong phần Bảo hiểm bệnh viện của Chăm sóc y tế (do thuế lương FICA gánh, có lẽ cũng không đủ chi trả chi phí dự đoán).

Sự già đi của thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh tạo ra nhiều vấn đề vô cùng khó khăn và tốn kém (Văn phòng ngân sách quốc hội, 1997). Trong năm tài chánh 1996, liên bang chi cho An sinh xã hội, Chăm sóc y tế, và Hỗ trợ y tế cho người già là 630 tỉ USD, chiếm 8,4% tổng thu nhập quốc nội (GDP). Nếu mẫu chi này không thay đổi, thì đến năm 2030 (khi hầu hết số trẻ trong đợt bùng phát trẻ sơ sinh đến tuổi già) thì những chi phí dự đoán sẽ chiếm đến 16% GDP, gần gấp đôi con số hiện nay.

Rõ ràng, các vấn đề chính trị và xã hội liên quan đến phúc lợi của người già hoàn toàn phức tạp. Thập niên tới sẽ chứng kiến tình trạng khẩn cấp và hành động cần thiết trong việc đương đầu với các vấn đề này. Không hề có giải pháp dễ dàng, điều cần thiết là phải thảo luận mọi khía cạnh của vấn đề. Chúng ta hãy khảo sát ba vấn đề quan trọng thật chi tiết: hoạt động chính trị, An sinh xã hội và Chăm sóc y tế.

Hoạt động chính trị

Bằng hầu hết các biện pháp, người lớn trên 65 tuổi hoạt động chính trị nhiều nhất so với mọi độ tuổi khác. Họ viết thư gởi cho các đại biểu được chọn nhiều hơn, tham gia nhiều tổ chức vận động hành



lang để ủng hộ lập trường của mình hơn, và am hiểu về các vấn đề địa phương và quốc gia nhiều hơn (Binstock & Day, 1996; Torres-Gil, 1992). Có lẽ quan trọng nhất, họ bỏ phiếu ở tỉ lệ cao hơn các nhóm độ tuổi khác, như bạn thấy trong biểu đồ trang 630 mô tả tỉ lệ bỏ phiếu trong cuộc bầu cử tổng thống năm 1996 (Ủy ban bầu cử liên bang, 1998). Mặc dù những người trên tuổi 65 chiếm khoảng 16% số cử tri đăng ký, nhưng họ chiếm khoảng 20% số cử tri trong cuộc bầu cử tổng thống năm 1996 – nghĩa là theo tỉ lệ, người già có tiếng nói trọng lượng hơn trong chiến thắng của Bill Clinton hơn bất kỳ các nhóm độ tuổi khác. Mẫu bỏ phiếu tương tự khác được tìm thấy trong các cuộc bầu cử quốc hội, tiểu bang và địa phương.

Những hoạt động này tạo ra một khu vực bầu cử rất hùng mạnh, rất tích cực, gia tăng ảnh hưởng trong việc ban hành pháp luật. Tổ chức cơ bản tượng trưng cho quyền lợi của người già là Hiệp hội người nghỉ hưu Mỹ (AARP), cũng là nhóm quyền lợi lớn nhất nước Mỹ. Năm 1999, tư cách thành viên trong AARP hơn 33 triệu người. Bất kỳ ai trên tuổi 50 đều đủ tư cách gia nhập không cần phải là người nghỉ hưu. Phần lớn là do ảnh hưởng chính trị của AARP nên An sinh xã hội và Chăm sóc y tế trở thành những vấn đề cực kỳ khó khăn đối với các chính trị gia khi phải đối mặt.

AARP không phải là tổ chức duy nhất trong việc huy động người già trong đấu trường chính trị (Binstock & Day, 1996). Các tổ chức như Ủy ban bảo vệ An sinh xã hội và Chăm sóc y tế quốc gia (hơn 5,5 triệu thành viên) và Hội đồng công dân lớn tuổi quốc gia (hơn 500.000 thành viên) cũng giúp định hình chính sách công. Kết hợp lại, những tổ chức này và hơn 100 tổ chức quốc gia khác ở Mỹ đang hoạt động vì quyền lợi và quan tâm đến người già.



An sinh xã hội

An sinh xã hội bắt đầu vào năm 1935 theo sáng kiến của tổng thống Franklin Roosevelt để "định khuôn khổ về pháp luật đưa ra một số biện pháp bảo vệ công dân trung bình và gia đình của họ đối phó với sự mất việc và chống lại sự nghèo đói đi kèm với tuổi già". Vì thế, An sinh xã hội ban đầu nhằm mục đích cung cấp một sự bổ sung vào khoản tiền tiết kiệm và các biện pháp hỗ trợ tài chánh khác.

Qua nhiều năm, sự xét duyệt lại luật ban đầu đã làm thay đổi An sinh xã hội đến mức ngày nay đó là nguồn hỗ trợ tài chính quan trọng đối với hầu hết công dân Mỹ sau khi nghỉ hưu, cũng là nguồn duy nhất đối với nhiều người (Binstock, 1999). Tuy nhiên, từ thập niên 1970, số lượng công nhân ngày càng tăng được bao gồm trong các kế hoạch hưu trí do người tuyển dụng tài trợ như quỹ tương hỗ, cũng như các loại Tài khoản nghỉ hưu cá nhân (IRA) khác nhau (Schulz, 1996). Sự đưa vào các kế hoạch nghỉ hưu khác nhau này, nhất là tùy chọn tiền tiết kiệm, cho phép nhiều người nghỉ hưu trong tương lai sử dụng An sinh xã hội như nguồn tài chánh bổ sung theo như dự định ban đầu.

Thử thách chính mà An sinh xã hội phải đối mặt là thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh nay đã già và thế hệ tiếp theo sau thế hệ này nhỏ hơn nhiều. Vì An sinh xã hội do tiền thuế lương cung cấp nên lượng tiền mỗi công nhân phải đóng góp tùy vào tỉ lệ số người đóng thuế An sinh xã hội với số người thu được phúc lợi. Đến năm 2030, tỉ lệ này sẽ giảm một nửa, nghĩa là, vào lúc thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh phần lớn nghỉ hưu thì số người nhận được An sinh xã hội sẽ gấp hai lần số công nhân đóng góp cho quỹ này (Cục thống kê Mỹ, 1998). Quốc hội Mỹ trong thập niên 1990 đã hành động để duy trì chất dung môi An sinh xã hội trong vài thập kỷ tới, nhưng chưa biết hành động có thành công hay không.

➡ *Chăm sóc y tế*

Hơn 37 triệu công dân Mỹ lệ thuộc vào Chăm sóc y tế về khoản bảo hiểm y tế của mình. Để đủ tư cách, phải đáp ứng một trong các tiêu chuẩn sau: phải hơn 65 tuổi, bị bất lực, hoặc đau thận mãn tính. Chăm sóc y tế bao gồm hai phần (Cục quản lý tài trợ chăm sóc y tế, 1998): Phần A, bao gồm các dịch vụ bệnh viện nội trú, cơ sở điều dưỡng, kỹ năng, dịch vụ y tế ở nhà và chăm sóc nhà tế bần, và Phần B, bao gồm chi phí dịch vụ bác sĩ, dịch vụ bệnh viện ngoại trú, thiết bị y khoa, và các dịch vụ y tế khác. Chi phí liên quan đến hầu hết chăm sóc dài hạn đều do Hỗ trợ y tế tài trợ, một chương trình chăm sóc y tế quan trọng khác do chính phủ Mỹ tài trợ cho những người nghèo. Chi phí móc tiền túi ra trả đi kèm với sự cùng chi trả và các khoản chi trả khác thường được các chính sách bảo hiểm bổ sung thanh toán đôi khi được gọi là chính sách "Medigap" (Wiener & Illston, 1996).

Như An sinh xã hội, Chăm sóc y tế do thuế lương đóng góp. Vì thế, vấn đề ngân quỹ mà Chăm sóc y tế đối mặt rất giống với vấn đề mà An sinh xã hội đối mặt, và thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh nay đã già. Ngoài ra, chi phí Chăm sóc y tế đã tăng đáng kể do chi phí nói chung trong chăm sóc y tế thường tăng nhanh hơn, vào giữa thập niên 1990, tỉ lệ gia tăng cao hơn tỉ lệ lạm pháp gấp hai lần (Cục quản lý tài trợ chăm sóc y tế, 1998).

Do những gia tăng nhanh chóng này và thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh nay đã già, chính sách ngăn chặn chi phí là một quan tâm chính trong thập niên 1990. Quả thật, hai xu hướng chính sách quan trọng xuất hiện. Thứ nhất, ngày càng chú trọng đến chăm sóc có kiểm soát thông qua các tổ chức duy trì sức khỏe (HMO). Đến nay, HMO chỉ thành công một phần do sự lưỡng lự của nhiều người già khi tham gia và từ bỏ sự tự do lựa chọn các nhà cung cấp dịch vụ (Wiener & Illston, 1996).

Thứ hai, chăm sóc y tế tại nhà được một số cơ quan tiên phong thực hiện như một biện pháp giảm thiểu nhu cầu chăm sóc dài hạn, ở bệnh viện tốn kém hơn (Hudson, 1996). Bằng cách tạo điều kiện cho mọi người được chăm sóc tại nhà, các nhà làm chính sách và cung cấp dịch vụ hi vọng dành bệnh viện và nhà dưỡng lão cho những người cần đến nó nhất. Đến lúc này, vẫn còn quá sớm khi cho rằng chiến lược này đã thành công.

TỰ KIỂM TRA

1. Hoạt động sinh hoạt hàng ngày (ADL) bao gồm hoạt động chức năng trong các lĩnh vực tắm rửa, vệ sinh, đi đứng, mặc quần áo và ______.
2. Hầu hết mọi người sống trong nhà dưỡng lão là ______.

3. Nhóm thường ngược đãi người già nhiều nhất là ______.
4. Hai vấn đề chính sách công quan trọng ở Mỹ chịu ảnh hưởng của thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh nay đã già là An sinh xã hội và ______.
5. Khuôn khổ năng lực – áp lực môi trường, được trình bày trong chương này, áp dụng cụ thể vào các loại nhà dưỡng lão và nhà nuôi khác nhau được đề cập trong phần này như thế nào?

Trả lời: (1) ăn uống, (2) phụ nữ Mỹ gốc Á lớn tuổi rất yếu, (3) con đã trưởng thành, (4) Chăm sóc y tế.

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Kết hợp lại, những thử thách mà xã hội đối mặt liên quan đến bảo đảm tài chánh và sức khỏe cho người già chắc chắn là những vấn đề chính trị quan trọng trong suốt vài thập niên đầu của thế kỷ 21. Không có câu trả lời dễ dàng, nhưng sự thảo luận công khai các tranh luận khác nhau là điều cần thiết trong việc hình thành một giải pháp tối ưu.

Chúng ta tham gia các mối quan hệ ở con người trong suốt cuộc sống của mình. Trong ý nghĩa rất thực tế, con người trưởng thành trong bối cảnh môi trường xã hội và hệ thống xã hội rộng hơn.

Sự phù hợp giữa năng lực của con người và yêu cầu của môi trường mà con người đối mặt ấn định giai đoạn để con người thích nghi sao cho hiệu quả. Người già phải thích ứng với cuộc sống hàng ngày ra sao thường là sự tiếp nối các phương pháp mà họ thích ứng trong suốt cuộc đời mình. Chúng ta đã làm quen với những người, như Olive, đã dành thời gian hồi tưởng lại quá khứ để xác định phần đời còn lại sống như thế nào. Chúng ta hiểu rằng quan điểm cho rằng sự nghỉ hưu có hại cho sức khỏe và là nguyên nhân dẫn đến sự cô lập là quan điểm sai lầm, hầu hết mọi người như Marcus, rất thích thú trong khi nghỉ hưu. Nhiều phụ nữ lớn tuổi như Alma là người góa chồng, những phụ nữ như thế đặc biệt dễ bị thương tổn bởi các áp lực tài chánh. Cũng như Rosa, nhiều người trên tuổi 80 cần được giúp đỡ trong hoạt động hàng ngày.

Hình ảnh chung của người già mang đặc điểm hoạt động liên tục đối với hầu hết mọi người. Chúng ta cần nhận biết rằng, nhất là trong số những hạn chế cơ thể, ở người già nhất, là một khía cạnh sinh hoạt quan trọng. Mặc dù chỉ một tỉ lệ rất nhỏ người già phải ở trong nhà dưỡng lão thì nhiều người trên tuổi 80 cần nhiều mức độ giúp đỡ khác nhau để tiếp tục sống độc lập. Sự gia tăng nhanh chóng số lượng người già mà nước Mỹ sẽ đối mặt trong vài thập niên tới sẽ gây căng thẳng nghiêm trọng cho các chính sách công truyền thống đối với người già.

Kết hợp với Chương 13, chương này đưa ra hiểu biết về tính phức tạp của tuổi già. Nên biết điều gì về con người nếu chúng ta biết người ấy đã 85 tuổi? Thực ra chúng ta không biết gì nhiều khi người ấy kỷ niệm lần sinh thứ 85 của mình. Không phải là xấu – nghĩa là nếu bạn muốn biết một điều gì đó hơn nữa thì bạn phải tiếp xúc với người ấy.

Lúc này chúng ta có thể chọn quan điểm rộng hơn của mô hình Tâm sinh học

xã hội vì nó liên quan đến tuổi già. Trong chương này, chủ yếu chúng ta tập trung vào các tác động văn hóa xã hội định hình cuộc sống của con người bằng cách ấn định bối cảnh nghỉ hưu và các mối quan hệ giữa cá nhân với nhau cũng như ấn định chương trình nghị sự đối với các vấn đề xã hội và chính sách công. Con người có khả năng đối mặt với các tác động văn hóa xã hội tốt như thế nào (như được minh họa bằng áp lực môi trường) là một chức năng của năng lực sinh học và tâm lý. Dĩ nhiên, chức năng này là một chức năng động thay đổi khi con người lớn tuổi.

TÓM TẮT



Thuyết Lão hóa Tâm lý xã hội

Thuyết Liên tục

- Thuyết Liên tục dựa trên quan điểm cho rằng con người thường thích ứng với đời sống hàng ngày trong cuối tuổi trưởng thành bằng cách áp dụng các chiến lược quen thuộc dựa trên kinh nghiệm trước đây để duy trì và bảo tồn cả cấu trúc bên trong lẫn bên ngoài.

Năng lực và áp lực môi trường

- Theo thuyết Năng lực và áp lực môi trường, sự thích nghi tối ưu của con người diễn ra khi có sự cân đối giữa khả năng thích ứng và mức độ yêu cầu môi trường áp đặt lên con người. Khi không đạt được sự cân đối, hành vi sẽ trở thành thích nghi kém. Một số nghiên cứu biểu thị rằng thuyết Năng lực và áp lực môi trường có thể áp dụng cho nhiều tình huống đa dạng ngoài đời thực.



Phát triển nhân cách khi về già

Tính toàn vẹn so với thất vọng

- Người già đối mặt với cuộc đấu tranh tính toàn vẹn so với thất vọng, chủ yếu bằng cách ôn lại cuộc đời, theo Erikson. Tính toàn vẹn bao gồm việc chấp nhận cuộc sống của cá nhân, thất vọng bao gồm thái độ cay đắng về quá khứ trước đây. Những người đạt đến tính toàn vẹn sẽ chấp nhận bản thân và tự khẳng định mình, họ xem cuộc đời của mình đáng giá, tốt đẹp.

Thể chất và cái tôi có thể khi về già

- Ryff nhận dạng sáu khía cạnh thể chất: chấp nhận bản thân, quan hệ tích cực với người khác, tính tự quản, hiểu biết môi trường, mục đích trong cuộc sống, và sự phát triển cá nhân. Người già nhận xét quá khứ của mình tích cực hơn người lớn nhỏ tuổi hơn hoặc ở tuổi trung niên, và họ xem bản thân gần giống với cái tôi lý tưởng của mình hơn.

Tín ngưỡng và hỗ trợ tinh thần

- Người già dùng tín ngưỡng và hỗ trợ tinh thần nhiều hơn các chiến lược khác để giúp họ thích ứng với các vấn đề trong cuộc sống. Nhất là phụ nữ Mỹ gốc Phi, tích cực tham gia các nhóm trong nhà thờ và dự lễ thường xuyên hơn.

Tôi từng làm việc ở ... : Cuộc sống khi nghỉ hưu

Nghỉ hưu có nghĩa gì?

- Nghỉ hưu là một quá trình phức tạp qua đó người ta rút lui ra khỏi công việc



toàn thời gian. Không có định nghĩa duy nhất nào thích hợp cho tất cả các nhóm dân tộc, tự định nghĩa bao gồm nhiều yếu tố kể cả đủ tư cách tham gia một số chương trình xã hội.

Tại sao người ta nghỉ hưu?

- Nói chung người ta nghỉ hưu vì muốn thế, mặc dù một số người buộc phải nghỉ hưu hoặc phải làm như thế vì sức khỏe kém, như mắc bệnh tim mạch hoặc ung thư. Tuy nhiên, có nhiều khác biệt giới tính và dân tộc quan trọng trong lý do giải thích tại sao người ta nghỉ hưu và họ tự gọi mình ra sao sau khi nghỉ hưu. Hầu hết nghiên cứu dựa trên nam giới Mỹ gốc Âu trong các cuộc hôn nhân truyền thống.

Điều chỉnh để nghỉ hưu

- Nghỉ hưu là sự chuyển tiếp quan trọng trong cuộc sống. Hầu hết mọi người đều hài lòng khi nghỉ hưu. Hầu hết mọi người nghỉ hưu vẫn duy trì sức khỏe, hệ thống tình bạn và mức độ hoạt động, ít nhất trong nhiều năm ngay sau khi nghỉ hưu. Đối với nam giới, thứ tự ưu tiên trong cuộc sống cá nhân là quan trọng nhất, người ta chưa biết nhiều về sự hài lòng của phụ nữ khi nghỉ hưu. Hầu hết mọi người nghỉ hưu vẫn bận rộn trong các hoạt động chẳng hạn như công việc tình nguyện và giúp đỡ người khác.

Ràng buộc giữa cá nhân với nhau

- Nghỉ hưu có thể phá vỡ các mẫu hành vi có từ lâu trong hôn nhân. Các mối quan hệ xã hội làm vật đệm cho căng thẳng khi nghỉ hưu. Tái điều chỉnh để thích nghi ở nhà hơn là nơi làm việc đối với nam giới trong các hôn nhân truyền thống thật khó. Hôn nhân đôi khi bị gãyđổ, nhưng nam giới đã kết hôn nói chung khi nghỉ hưu thường hạnh phúc hơn nam giới không kết hôn. Sự tham gia các tổ chức trong cộng đồng cũng giúp tăng sự hài lòng. Nhất là, công việc tình nguyện lấp đầy khoảng trống. Thái độ đối với người già trong xã hội được cải thiện cũng hỗ trợ.



Bạn bè và gia đình khi về già

Bạn bè và anh chị em ruột

- Hộ tống xã hội của một người là nguồn hài lòng quan trọng khi về già. Các mẫu tình bạn ở người già rất giống với các mẫu tình bạn ở những người đầu tuổi trưởng thành, nhưng người già có nhiều chọn lọc hơn. Mối quan hệ anh chị em ruột đặc biệt quan trọng ở tuổi già. Năm loại mối quan hệ anh chị em ruột được nhận dạng: thân mật, tương đắc, trung thành, thấu cảm và thù địch. Các loại trung thành và tương đắc thường gặp nhất. Sự ràng buộc giữa chị em là ràng buộc mạnh nhất.

Hôn nhân

- Hôn nhân dài hạn thường hạnh phúc cho đến khi một người bạn đời bị rối loạn sức khỏe nghiêm trọng. Các cặp vợ chồng đã kết hôn lớn tuổi thể hiện khả năng mâu thuẫn trong hôn nhân thấp hơn và có khả năng thích thú nhiều hơn. Nói chung, các cặp vợ chồng đã kết hôn lớn tuổi cũng giống như các cặp vợ chồng đã kết hôn nhỏ tuổi hơn.

Chăm sóc bạn đời

- Chăm sóc bạn đời khiến cho mối quan hệ có nhiều căng thẳng đáng kể. Mức độ hài lòng trong hôn nhân ảnh

hưởng đến nhận thức về căng thẳng của người chăm sóc vợ chồng. Mặc dù ban đầu chưa hề biết rõ nhưng hầu hết những người chăm sóc vợ chồng đều có khả năng chăm sóc thích hợp. Nhận thức năng lực ở người chăm sóc vợ chồng lúc bắt đầu chăm sóc cũng đặc biệt quan trọng.

Cảnh góa

• Cảnh góa là sự chuyển tiếp khó khăn đối với hầu hết mọi người. Cảm giác cô độc rất khó thích ứng, nhất là trong vài tháng đầu sau khi vợ hay chồng mất. Nam giới thường gặp khó khăn trong các mối quan hệ xã hội và trong công việc nhà, phụ nữ thường gặp vấn đề tài chánh túng bấn hơn. Một số người góa chồng sẽ lấy chồng khác, một phần để thoát cảnh cô độc và vấn đề tài chánh.

Tư cách làm ông bà cố

• Làm ông bà cố là một nguồn quan trọng trong sự hài lòng cá nhân đối với nhiều người già. Ông bà cố trong tư cách một nhóm giống với nhau hơn là ông bà. Ba khía cạnh trong tư cách làm ông bà cố quan trọng nhất: ý thức đổi mới cá nhân và gia đình, sự đa dạng mới trong cuộc sống và cột mốc quan trọng trong cuộc đời.



Vấn đề xã hội và tuổi già

Người già yếu đuối

• Số lượng người già suy nhược ngày càng tăng, già yếu được định nghĩa dưới dạng sự giảm sút trong các hoạt động sinh hoạt hàng ngày (kỹ năng tự chăm sóc cơ bản) và hoạt động công cụ sinh hoạt hàng ngày (hành động đòi hỏi năng lực hoặc lập kế hoạch trí năng). Có đến một nửa số phụ nữ trên tuổi 85 cần sự giúp đỡ ADL hoặc IADL. Môi trường hỗ trợ cũng hữu dụng trong việc tối ưu hóa sự cân đối giữa năng lực và áp lực môi trường.

Sống trong nhà dưỡng lão

• Hai cấp độ chăm sóc được cung cấp trong nhà dưỡng lão: chăm sóc trung cấp và chăm sóc điều dưỡng kỹ năng. Hầu hết cư dân trong nhà dưỡng lão đều là phụ nữ Mỹ gốc Âu có sức khỏe kém. Người già thuộc dân tộc thiểu số ở trong nhà dưỡng lão có tỉ lệ thấp hơn người Mỹ gốc Âu. Duy trì ý thức kiểm soát của cư dân là một thành phần quan trọng của nhà dưỡng lão tốt. Giao tiếp với cư dân nên tránh lời nói kẻ cả và trẻ con hóa.

Ngược đãi và bỏ bê người già

• Ngược đãi và bỏ bê người già là một vấn nạn ngày càng tăng, cả ở những người đang sống trong cộng đồng lẫn cư dân sống trong nhà dưỡng lão. Tuy nhiên, rất khó định nghĩa chính xác ngược đãi và bỏ bê. Người ta sử dụng một số loại, bao gồm thể xác, tâm lý/cảm xúc, tình dục, vật chất hoặc tài chánh và vi phạm các quyền. Hầu hết thủ phạm đều là con đã trưởng thành của nạn nhân. Nghiên cứu cho thấy ngược đãi có thể là khi nạn nhân người già lệ thuộc vào người chăm sóc hoặc người chăm sóc lệ thuộc vào nạn nhân, tình huống nào thường gặp hơn vẫn chưa rõ.

Vấn đề chính sách công và người già

• Đối xử công bằng với mọi thế hệ dưới dạng các chương trình của chính phủ là một thách thức đối với chính sách công. Quốc hội Mỹ phê chuẩn một số thay đổi trong chương trình phúc lợi xã hội dành cho người già để giải quyết nhân khẩu học đang thay đổi trong dân số Mỹ.

• Người già là nhóm độ tuổi hoạt động chính trị tích cực nhất. Có nhiều tổ chức giải quyết vấn đề và lập trường liên quan đến người già.

• Mặc dù được thiết kế như một sự bổ sung thu nhập, An sinh xã hội trở thành nguồn thu nhập chủ yếu đối với hầu hết công dân Mỹ khi nghỉ hưu. Thế hệ bùng phát trẻ sơ sinh nay đã già gây nhiều căng thẳng đáng kể đối với việc tài trợ cho hệ thống.

• Chăm sóc y tế là chương trình bảo hiểm y tế chính dành cho người lớn ở Mỹ trên 65 tuổi. Chính sách ngăn chặn chi phí là một quan tâm lớn, dẫn đến việc chú trọng các tổ chức duy trì sức khỏe và chăm sóc y tế tại nhà.

TỪ KHÓA

thuyết liên tục

năng lực

áp lực môi trường

mức độ thích ứng

vùng khả năng hoạt động tối đa

vùng dễ chịu tối đa

tính đồng thuận

tính dễ bảo

tính toàn vẹn so với thất vọng

ôn lại cuộc đời

cái tôi có thể

hỗ trợ tinh thần

hộ tống xã hội

tính chọn lọc cảm xúc xã hội

người già suy nhược

hoạt động sinh hoạt hàng ngày (ADL)

hoạt động công cụ sinh hoạt hàng ngày (IADL)

chăm sóc trung cấp

lời nói kẻ cả

trẻ con hóa

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

ERIKSON, E. H. (1982). *The life cycle completed: Review*. New York: Norton. Dựa theo giải thích của chính Erikson, quyển sách ngắn này mô tả một tóm tắt về thuyết của ông, mức độ khó vừa.

GUBRIUM, J. F. (1994). *Speaking of life: Horizons of meaning for nursing home residents*. Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter. Quyển sách dễ đọc này cung cấp một kho thông tin phong phú về đời sống trong nhà dưỡng lão.

HARGRAVE, T. D., & HANNA, S. M. (1997). *The aging family*. New York: Brunner/Maze! Quyển sách ở mức độ khó vừa này đưa ra một khái quát về vấn đề trong gia đình, bao gồm kết hôn, chăm sóc và liệu pháp.

MACE, N. L., & RABINS, P. V. (1991). *The 36-hour day* (tái bản lần thứ hai). Baltimore: Johns Hopkins University Press. Quyển sách này vẫn còn là hướng dẫn tổng quát cách chăm sóc bệnh nhân mất trí trong gia đình.

MACNAB, F. (1994). *The 30 vital years*. New York: Wiley. Quyển sách dễ đọc này thảo luận tuổi già tâm lý và bao gồm nhiều giai thoại cũng như nghiên cứu mẫu.


BRADY
HALLINA
PASCO
ROACH
LOWE
DELGADO
MOSS
DUDLEY
Mc VEIGH
KNIGHT
CHARLES C.
NICOL

CHƯƠNG 15

HẤP HỐI VÀ SỰ MẤT ĐI NGƯỜI THÂN

Chúng ta đang có mối quan hệ nghịch lý với cái chết. Đôi khi, chúng ta bị nó mê hoặc. Trong tư cách khách du lịch, chúng ta sẽ tham quan nhiều nơi mà những người nổi tiếng chết và được mai táng. Chúng ta xem tin tức truyền hình chiếu cảnh người ta chết trong chiến tranh. Nhưng khi phải ngẫm nghĩ về cái chết của chính mình hoặc cái chết của những người thân, thì chúng ta gặp nhiều vấn đề. Như La Rochefoucauld, nhà văn kiêm nhà cải cách người Pháp, cách đây hơn 300 năm đã từng nhận xét, nhìn mặt trời còn dễ hơn ngẫm nghĩ về cái chết của chúng ta. Khi cái chết dành cho cá nhân, chúng ta trở nên khó chịu. Thật ra, nhìn vào mặt trời cũng rất khó.

Trong chương này, trước tiên chúng ta tìm hiểu các vấn đề xung quanh cái chết theo định nghĩa và đạo đức. Kế đến chúng ta tìm hiểu con người trong các thời điểm khác nhau trong quãng đời có nhận xét gì về cái chết. Thứ ba, chúng ta tìm hiểu quá trình hấp hối. Giải quyết sự đau buồn là điều quan trọng đối với những người còn sống, vì thế chúng ta sẽ tìm hiểu chủ đề này trong phần thứ tư. Trong phần thứ năm, chúng ta tìm hiểu con người thích ứng với các loại mất mát khác nhau ra sao.

ĐỊNH NGHĨA VÀ VẤN ĐỀ ĐẠO ĐỨC

Mục tiêu nghiên cứu

- **Cái chết được định nghĩa ra sao?**
- **Người ta dùng tiêu chuẩn pháp lý và Y học gì để xác định khi nào cái chết xảy ra?**
- **Tình huống đạo đức khó xử bao quanh cái chết êm ái là gì?**

Định nghĩa và vấn đề đạo đức

Định nghĩa cái chết về mặt xã hội văn hóa

Định nghĩa pháp lý và Y học

Vấn đề đạo đức

GRETA, *một sinh viên năm hai, vô cùng khó chịu khi hay tin người mẹ của cô bạn cùng lớp đột tử. Cô bạn cùng lớp là người Do Thái, Greta không biết đám tang diễn ra theo nghi thức nào. Khi Greta đến nhà cô bạn cùng lớp, cô ngạc nhiên khi thấy người ta lấy giấy che kín tủ kính trong nhà. Lần đầu tiên Greta nhận thấy nghi thức đám tang thay đổi khác nhau trong nhiều truyền thống tôn giáo khác nhau.*

Hãy nhìn người chết trong ảnh. Khi lần đầu tiên người ta nghĩ về cái chết, thì cái chết trông có vẻ là một khái niệm định nghĩa rất đơn giản: đây là thời điểm một người không còn sống nữa. Tương tự, hấp hối đơn thuần là quá trình tạo sự chuyển tiếp từ sống sang chết. Tất cả trông có vẻ quá rõ ràng, phải không? Nhưng chết và hấp hối thực ra là những khái niệm phức tạp hơn nhiều và rất khó định nghĩa.



Như chúng ta cho thấy, kinh nghiệm của Greta phản ánh nhiều sự khác biệt tôn giáo và văn hóa trong việc định nghĩa cái chết và nghi thức đi kèm với cái chết. Ý nghĩa của cái chết tùy vào quan điểm của người quan sát cũng như tiêu chuẩn Y học và Sinh học cụ thể mà người ta áp dụng.

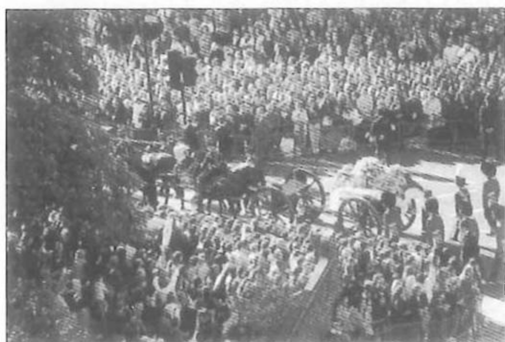
ĐỊNH NGHĨA CÁI CHẾT VỀ MẶT XÃ HỘI VĂN HÓA

Khi nghe từ *chết* bạn có suy nghĩ gì? Một tài xế chết trong một tai nạn giao thông? Có phải là sự chuyển tiếp sang phần thưởng vĩnh hằng hay không? Lá cờ treo rũ? Nghĩa trang? Bình acquy ô tô không còn xài được nữa? Mỗi khả năng có thể trong số này mô tả cách xem xét về cái chết trong nền văn hóa phương Tây (Kalish, 1987; Kastenbaum, 1999). Tất cả các nền văn hóa đều có quan điểm của riêng mình. Ở người Melanesia, từ *bạn* bao gồm người rất ốm, người rất già, và người chết, từ *toa* để gọi tất cả những người đang sống khác (Counts & Counts, 1985). Các nền văn hóa Nam Thái Bình Dương cho rằng sức sống rời khỏi cơ thể trong khi con người đang ngủ hoặc đang bệnh, ngủ, bệnh và chết được xem là kết hợp với nhau. Vì thế, người ta "chết" nhiều lần trước khi "chết thiệt" (Counts & Counts, 1985).

Nghi thức đám tang và tình trạng mất người thân cũng thay đổi khác nhau trong các nền văn hóa khác nhau (Simmons, 1945). Một số nền văn hóa đã trang trọng hóa thời khắc thực hiện nghi thức hoặc đọc kinh. Chẳng hạn, sau cái chết của thân nhân, tín đồ Do Thái Chính thống đọc kinh nghi thức, che kín tủ kính, gương trong nhà. Đàn ông cắt đứt dây giày như sự tượng trưng mất mát. Đây cũng là tập quán mà Greta, sinh viên đại học năm hai trong phần minh họa, đã chứng kiến. Thờ cúng tổ tiên thái độ kính trọng đối với những người là tổ tiên của dòng họ và là người rất quan trọng đối với dòng họ, là một phần quan trọng trong nền văn hóa Nhật Bản và Phật giáo ở Nhật Bản (Klass, 1996a). vì thế, chúng ta phải nhớ rằng kinh nghiệm của nền văn hóa của chúng ta hoặc nhóm cụ thể không thể áp dụng cho các nền văn hóa hoặc nhóm khác.

Chết có thể là một kinh nghiệm thật sự giữa các nền văn hóa với nhau. Sự biểu lộ đau buồn trong khắp thế giới về cái chết của công nương Diana năm 1997, với đoàn người đưa tang trong ảnh chụp, thu hút nhiều sự chú ý theo cách trong đó cái chết của những người chúng ta không quen vẫn còn ảnh hưởng đến chúng ta. Chính vào những thời điểm này chúng ta hiểu rằng cái chết xảy ra đối với tất cả chúng ta, và cái chết có thể cùng lúc xảy ra cho cá nhân và cho mọi người.

Nói chung, có thể suy nghĩ về cái chết trong 10 ngày (Kalish, 1987; Kastenbaum, 1985). Hãy đọc danh sách sau và suy nghĩ về các ví dụ cho những định nghĩa này. Sau đó hãy chọn thời điểm khác để bạn nghĩ thêm các ví dụ khác bổ sung.



Cái chết như một hình ảnh hoặc đồ vật

Cờ treo rũ

Cáo phó

Mộ chí

Giấy kếp màu đen

Nhà tang lễ

Đài kỷ niệm hoặc tưởng niệm

Cái chết như số liệu thống kê

Tỉ lệ tử vong

Số bệnh nhân AIDS

Tỉ lệ giết người và tự tử

Bảng tuổi thọ

Cái chết như một sự kiện

Đám tang

Dịch vụ nghĩa trang

Gia đình tập hợp

Dịch vụ tưởng niệm

Ôn lại hoặc đánh thức

Cái chết như một trạng thái tồn tại

Thời gian chờ

Sự hư vô

Sự biến đổi

Hạnh phúc bên Chúa

Trạng thái tồn tại, nghị lực thuần túy

Cái chết như một phép loại suy

Chết như đinh cửa

Chết như hộp thư không người nhận

Con đường cụt

Giống như đống thịt

Cái chết của mùa đông

Cái chết như một điều bí ẩn

Chết là gì?

Chúng ta có gặp gia đình hay không?

Điều gì xảy ra sau khi chết?

Khi chết có biết được mọi thứ hay không?

Cái chết như một ranh giới

Tôi còn sống bao nhiêu năm nữa?

Điều gì xảy ra với gia đình tôi?

Lúc này tôi đang làm gì?

Bạn không thể nhớ lại

Cái chết như một kẻ cắp ý nghĩa

Tôi cảm thấy mình bị lừa

Tại sao tôi phải tiếp tục sống

Cuộc sống không có ý nghĩa gì nữa

Tôi còn nhiều việc phải làm

Cái chết như một nỗi sợ và lo âu

Chết có đau đớn hay không?

Tôi lo nghĩ về gia đình

Tôi sợ chết

Ai lo cho con tôi đây?

Cái chết như một phần thưởng hoặc hình phạt

Sống thọ và phát đạt

Người xấu xuống địa ngục

Thiên đường chờ người tốt

Ăn năn sám hối giúp bạn lên thiên đường

Nhiều cách nhận xét về cái chết có thể nhìn thấy trong nhiều tập quán khác nhau liên quan đến đám tang. Có lẽ bạn đã nhìn thấy nhiều loại đám tang khác nhau, từ những đám tang rất nhỏ, riêng tư cho đến các nghi thức cực kỳ phức tạp. Biến thể trong tập quán xung quanh cái chết được phản ánh ở một số đài tưởng niệm lâu đời nhất trên trái đất, chẳng hạn như kim tự tháp ở Ai Cập, và một số công trình nguy nga nhất như đền Taj Mahal ở Ấn Độ. Kinh nghiệm của bạn trong việc thực hiện bài tập trong phần Tự tìm hiểu sẽ giúp bạn có một khái niệm về những biến thể trong tập quán bao gồm nhiều thứ từ giá quan tài cho đến loại hình dịch vụ mai táng, nếu có, do con người chọn.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Tổ chức đám tang khác nhau trên khắp thế giới. Người ta hồi tưởng những khác biệt gì khi nhận xét cái chết?

TỰ TÌM HIỂU: ĐÁM TANG

Để có hiểu biết trực tiếp về nghi thức và tập quán bao quanh cái chết khác nhau trong các nền văn hóa ra sao, bạn hãy thu thập thông tin từ cộng đồng địa phương của mình. Hãy tham quan một nhà tang lễ và tìm hiểu về các tùy chọn mai táng hoặc hỏa táng khác nhau. Hãy tìm hiểu giá cả của từng tùy chọn, cũng như giá cả và dịch vụ có sẵn. Hãy trò chuyện với các thành viên thuộc nhiều nhóm tôn giáo khác nhau về các loại hình dịch vụ đám tang khác nhau mà mỗi nhóm thường áp dụng. Đem thông tin của bạn vào lớp và thảo luận các biến thể mà bạn vừa khám phá.

ĐỊNH NGHĨA PHÁP LÝ VÀ Y HỌC

Các tiếp cận văn hóa xã hội giúp chúng ta tìm hiểu nhiều cách khác nhau trong nhận xét của con người về cái chết. Nhưng chúng không giải quyết được vấn đề rất cơ bản: làm cách nào chúng ta xác định một người nào đó đã chết? Các giới pháp lý và Y học đã tìm hiểu vấn đề này trong nhiều thế kỷ và cho đến nay vẫn còn thi. Chúng ta hãy xem câu trả lời hiện nay là gì.

Việc xác định khi nào cái chết xảy ra luôn mang tính chủ quan. *Trong hàng trăm năm, người ta chấp nhận và áp dụng tiêu chuẩn mà ngày nay được gọi là* chết lâm sàng: *tim không còn đập và ngừng thở. Tuy nhiên, ngày nay, tiêu chuẩn được chấp nhận nhiều nhất là tiêu chuẩn mô tả đặc điểm* **chết não**. Năm 1981, Ủy ban nghiên cứu đạo đức các vấn đề trong nghiên cứu Y học, Y sinh học và hành vi của Tổng thống xác lập một số tiêu chuẩn phải có khi xác định chết não:

1. Không còn cử động tự phát khi phản ứng với một kích thích bất kỳ
2. Không còn thở tự phát ít nhất trong một tiếng
3. Mất hoàn toàn phản ứng đối với kích thích thậm chí đau đớn nhất
4. Mắt không còn cử động, chớp mắt hoặc con ngươi cử động
5. Không còn hoạt động bộ dạng, nuốt, ngáp hoặc phát âm
6. Không còn phản xạ vận động
7. Điện não đồ (EEG) không lên xuống ít nhất 10 phút
8. 24 tiếng sau khi kiểm tra lần nữa không có thay đổi gì trong số những tiêu chuẩn này

Đối với một người được cho là chết não, phải đủ tám tiêu chuẩn trên. Ngoài ra, các điều kiện khác có thể là chết giả – chẳng hạn như hôn mê sâu, giảm nhiệt hoặc uống thuốc quá liều – phải được loại trừ. Sau cùng, theo hầu hết các bệnh viện, việc không có hoạt động của não phải diễn ra ở cả trong cuống não, bao gồm chức năng thực vật như tim đập và thở, và trong vỏ não, bao gồm các quá trình cao hơn chẳng hạn như suy nghĩ. *Chức năng hoạt động của vỏ não có thể không còn trong khi hoạt động của cuống não vẫn đang tiếp diễn, đây là* **trạng thái thực vật dai dẳng**, *và cá nhân không hồi phục từ trạng thái này.* Tình trạng này có thể xảy ra sau khi uống thuốc quá liều hoặc chấn thương sọ não nghiêm trọng.

Vì những tình trạng giống như trạng thái thực vật dai dẳng, thành viên trong gia đình đôi khi đối mặt với các quyết định đạo đức rất khó khăn liên quan đến việc chăm sóc cá nhân. Những vấn đề này là tiêu điểm cho phần kế tiếp.

VẤN ĐỀ ĐẠO ĐỨC

Xe cấp cứu thắng lại nghe ken két, nhân viên phòng cấp cứu đưa thật nhanh một phụ nữ vào phòng cứu cấp. Do tai nạn ở hồ bơi, cô không còn thở, mạch không còn nhảy nữa. Làm việc thật khẩn trương, ê kíp hồi sức đã giúp tim cô đập trở lại bằng dòng điện gây sốc. Cô được nối với máy hô hấp nhân tạo. Người ta tiến hành đo EEG và các xét nghiệm khác cho thấy não bị chấn thương trên diện rộng và không thể hồi phục. Vậy nên làm gì đây?

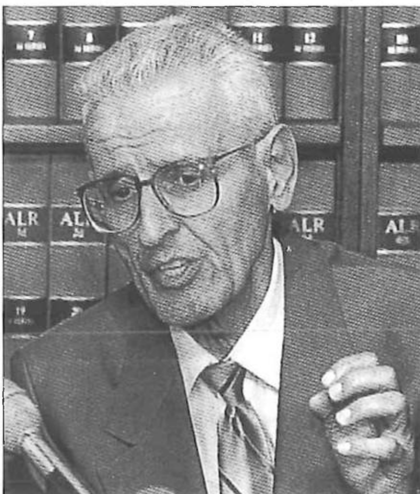
Đây là minh họa về loại vấn đề mà lĩnh vực **đạo đức Sinh học** *đang đối mặt, nghiên cứu sự giao diện giữa giá trị con người và tiến bộ công nghệ trong ngành khoa học y tế và đời sống.* Đạo đức Sinh học phát triển trên hai cơ sở: tôn trọng tự do cá nhân và khả năng không thể xác lập một phiên bản duy nhất bất kỳ về đạo đức bằng cách lập luận duy lý hoặc lẽ phải thông thường (Cole & Holstein, 1996). Trong thực tế, đạo đức Sinh học chú trọng việc giảm thiểu phương hại qua sự tối đa điều tốt và tầm quan trọng trong chọn lựa của cá nhân.

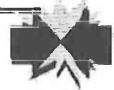
Trong đấu trường chết và hấp hối, vấn đề đạo đức Sinh học quan trọng nhất là **cái chết êm ái** – *thông lệ kết thúc sự sống vì lý do nhân đạo.* Tình huống đạo đức khó xử đối với cái chết êm ái trở nên hiển nhiên khi chúng ta cố quyết định hoàn cảnh nên kết thúc sự sống của một người. Trong xã hội của chúng ta, tình huống khó xử này diễn ra thường xuyên nhất khi cá nhân được duy trì sự sống bằng máy hoặc khi cá nhân bị bệnh ở thời kỳ cuối.

Cái chết êm ái chủ động

Cái chết êm ái có thể thực hiện bằng hai cách khác nhau: chủ động và bị động. **Cái chết êm ái chủ động** *bao gồm sự kết thúc sự sống của cá nhân có cân nhắc, trên cơ sở phát biểu rõ ràng trong di chúc của cá nhân hoặc do quyết định của người khác có trách nhiệm pháp lý để kết thúc sự sống như thế.* Thông thường, cái chết êm ái bao gồm các tình huống trong đó cá nhân đang ở trong tình trạng thực vật dai dẳng hoặc mắc bệnh thời kỳ cuối. Có thể chết êm ái chủ động bằng cách cho uống thuốc quá liều, ngắt hệ thống hỗ trợ sự sống, hoặc kết thúc sự sống của cá nhân thông qua cái gọi là giết chết nhân từ.

Phiên bản cái chết êm ái gây nhiều tranh luận nhất bao gồm tự tử với sự giúp đỡ của thầy thuốc, tiến sĩ Jack Kevorkian, vốn là một bác sĩ ở Michigan trong ảnh chụp, là người đề nghị quyền được chết, ông đã chế ra máy tự tử để giúp người ta kết thúc sự sống của mình. Trong một động thái cũng gây nhiều tranh cãi, cử tri ở Oregon thông qua luật "Chết với chân giá trị" vào năm 1994, luật tự tử với sự giúp đỡ của thầy thuốc đầu tiên ở Mỹ. Luật này hợp pháp hóa cho những cá nhân yêu cầu uống liều thuốc gây chết người miễn là họ bệnh ở thời kỳ cuối và tự nguyện yêu cầu. Một số tòa án tối cao Mỹ phán quyết trong hai vụ án năm 1997 (*Vacco và Quill, Washington và Glucksberg)* rằng không có quyền tự tử có sự hỗ trợ, năm 1998 tòa quyết định không đảo ngược luật Oregon. Như được đề cập trong phần Tranh luận hiện nay, văn hóa liên quan đến tự tử có sự hỗ trợ của thầy thuốc tiếp tục được tranh cãi trong tòa án lẫn ngoài công chúng.





TRANH LUẬN HIỆN NAY: TỰ TỬ CÓ SỰ HỖ TRỢ CỦA THẦY THUỐC

Cá nhân có quyền thu thập thông tin giúp mình kết thúc sự sống, trước khi chịu đựng sự đau đớn khủng khiếp mà cuối cùng cũng dẫn đến cái chết hay không? Thầy thuốc có được phép cung cấp thông tin ấy và hỗ trợ khi bệnh nhân yêu cầu hay không? Bạn có suy nghĩ gì?

Tự tử không hề phổ biến ở Mỹ do các cấm đoán tôn giáo và cấm đoán khác. Trong các nền văn hóa khác, chẳng hạn như Nhật Bản, tự tưởng tượng được xem là cách vinh dự để chết trong một số tình huống. Một số nước, như Hà Lan cho phép thầy thuốc hỗ trợ người muốn tự tử (Cutter, 1991). Năm 1984, Tòa án tối cao Hà Lan loại trừ sự buộc tội thầy thuốc hỗ trợ tự tử nếu đáp ứng đầy đủ năm tiêu chuẩn sau:

1. Bệnh nhân không thể chịu đựng nổi, không có hy vọng nào cải thiện.
2. Không có biện pháp làm cho thuyên giảm.
3. Bệnh nhân còn tỉnh táo.
4. Bệnh nhân yêu cầu nhiều lần.
5. Hai bác sĩ đồng ý với yêu cầu của bệnh nhân.

Như đã nêu, cử tri ở Oregon thông qua luật tự tử với sự hỗ trợ của thầy thuốc ở Mỹ sao cho bệnh nhân ở thời kỳ cuối có thể được kê toa với mục đích kết thúc sự sống của mình. Luật Oregon giống như tình hình ở Hà Lan. Luật yêu cầu thầy thuốc phải báo cho bệnh nhân biết họ đang ở trong thời kỳ cuối, và báo cho biết các tùy chọn

? **VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**

Cần loại biện pháp an toàn gì để đảm bảo rằng luật tự tử với sự hỗ trợ của thầy thuốc Oregon không bị lạm dụng?

thay thế khác (như chăm sóc trong nhà tế bần, kiểm soát đau đớn) bệnh nhân phải còn đủ tỉnh táo, yêu cầu bằng miệng hai lần, và yêu cầu bằng văn bản một lần, ít nhất 15 ngày trong khoảng thời gian hai lần yêu cầu bằng miệng. Quy định như thế để đảm bảo rằng bệnh nhân yêu cầu hoàn toàn hiểu được vấn đề và yêu cầu không gấp gáp.

Mặc dù nhiều người tán thành quyền quyết định khi nào chết của một người, nhưng nhiều người không đồng ý. Bất đồng quan điểm dẫn đến kết quả nhiều tòa án không thừa nhận quyền được chết các nhà đạo đức Sinh học phải làm cho tình huống khó xử trở nên rõ ràng, và chúng ta phải nhận thức rõ vấn đề. Vấn đề sống và chết theo nghĩa đen có phải là đang đánh cược hay không. Bạn có suy nghĩ gì?

Cái chết êm ái bị động

Một hình thức thứ hai của cái chết êm ái, **cái chết êm ái bị động,** *bao gồm việc cho phép một người chết bằng cách tước bỏ cách điều trị hiện có.* Chẳng hạn, hóa liệu pháp có thể tạm ngưng đối với bệnh nhân ung thư, không tiến hành quá trình phẫu thuật, hoặc không cho ăn. Thêm lần nữa, những tiếp cận này gây nhiều tranh cãi. Một mặt một vài người lập luận với quyết định không điều trị bệnh ung thư mới phát hiện ở một bệnh nhân mắc bệnh Alzheimer thuộc thời kỳ cuối, khi điều trị không có hiệu quả chỉ làm kéo dài và thậm chí gây nhiều khổ sở nhưng cuối cùng bệnh nhân cũng chết. Mặc khác nhiều người lập luận phản đối việc không cho bệnh nhân thời kỳ cuối ăn, thật ra, những trường hợp này thường kiện ra tòa. Chẳng hạn, năm 1990, Tòa án tối cao Mỹ thụ lý hồ sơ của Nancy Cruzan, mà gia đình muốn chấm dứt việc đút ăn cưỡng ép cho cô nữa. Tòa phán quyết rằng nếu không đưa ra chứng cứ rõ ràng và không thể tranh cãi rằng bệnh nhân muốn không đút ăn nữa, chẳng hạn như thông qua giấy ủy quyền dài hạn hoặc di chúc lúc còn tỉnh táo thì bên thứ ba, như chồng vợ hoặc bố mẹ, không thể quyết định chấm dứt việc đút ăn.

Cái chết êm ái là một vấn đề đạo đức và pháp lý phức tạp. Trong hầu hết các quyền thực thi pháp luật, cái chết êm ái chỉ hợp pháp khi bệnh nhân có mong muốn liên quan đến sự can thiệp y học. Thật không may, nhiều người không chọn bước này, có lẽ vì khó suy nghĩ về những tình huống như thế hoặc vì họ không biết tùy chọn nào thích hợp với mình. Nhưng không có hướng dẫn rõ ràng, thì nhân viên y tế cũng không thể làm theo sở thích của bệnh nhân.

Có hai cách để hiểu dự định của bệnh nhân: di chúc lúc còn tỉnh táo, trong đó bệnh nhân viết ra mong muốn của mình về sự hỗ trợ sự sống và các điều trị khác, và giấy ủy quyền dài hạn như minh họa (trang 646). Mục đích của cả hai là làm cho bệnh nhân hiểu về cách sử dụng phương pháp hỗ trợ sự sống, trong trường hợp họ bất tỉnh hoặc không thể diễn đạt suy nghĩ của mình (Freer & Clark, 1994). Giấy ủy quyền dài hạn có một lợi thế bổ sung: nêu rõ tên cá nhân có thẩm quyền pháp lý nói thay cho bệnh nhân khi cần thiết. Mặc dù có sự ủng hộ đáng kể đối với cả hai cơ chế, nhưng cũng có một số vấn đề. Nhiều người không báo cho thân nhân và bác sĩ biết về quyết định chăm sóc y tế của mình. Người khác không nói tên người trong giấy ủy quyền dài hạn. Rõ ràng, điều này khiến cho người thân bị bất lợi khi ra quyết định liên quan đến việc sử dụng các hệ thống hỗ trợ sự sống.

Chúc thư lúc tỉnh táo hoặc giấy ủy quyền dài hạn có thể là cơ sở cho lệnh của giới bác sĩ "Không hồi sức" (DNR). Lệnh DNR chỉ áp dụng cho sự hồi sức tim

phổi khi tim ngừng đập và bệnh nhân ngừng thở. Trong diễn tiến sự kiện thông thường, một nhóm chuyên viên y tế ngay lập tức cố phục hồi nhịp tim và hô hấp bình thường. Khi có lệnh DNR, không tiến hành điều trị nữa. Cũng như với di chúc lúc tỉnh táo và giấy ủy quyền dài hạn, điều thật quan trọng là để cho tất cả nhân viên y tế thích hợp biết rằng lệnh DNR đang được mong muốn.

California Medical Association

DURABLE POWER OF ATTORNEY FOR HEALTH CARE DECISIONS

(California Probate Code Sections 4600-4753)

WARNING TO PERSON EXECUTING THIS DOCUMENT

This is an important legal document. Before executing this document, you should know these important facts:

This document gives the person you designate as your agent (the attorney-in-fact) the power to make health care decisions for you. Your agent must act consistently with your desires as stated in this document or otherwise made known.

Except as you otherwise specify in this document, this document gives your agent power to consent to your doctor not giving treatment or stopping treatment necessary to keep you alive.

Notwithstanding this document, you have the right to make medical and other health care decisions for yourself so long as you can give informed consent with respect to the particular decision. In addition, no treatment may be given to you over your objection, and health care necessary to keep you alive may not be stopped or withheld if you object at the time.

This document gives your agent authority to consent, to refuse to consent, or to withdraw consent to any care, treatment, service, or procedure to maintain, diagnose, or treat a physical or mental condition. This power is subject to any statement of your desires and any limitations that you include in this document. You may state in this document any types of treatment that you do not desire. In addition, a court can take away the power of your agent to make health care decisions for you if your agent (1) authorizes anything that is illegal, (2) acts contrary to your known desires or (3) where your desires are not known, does anything that is clearly contrary to your best interests.

This power will exist for an indefinite period of time unless you limit its duration in this document.

You have the right to revoke the authority of your agent by notifying your agent or your treating doctor, hospital, or other health care provider orally or in writing of the revocation.

Your agent has the right to examine your medical records and to consent to their disclosure unless you limit this right in this document.

Unless you otherwise specify in this document, this document gives your agent the power after you die to (1) authorize an autopsy, (2) donate your body or parts thereof for transplant or therapeutic or educational or scientific purposes, and (3) direct the disposition of your remains.

If there is anything in this document that you do not understand, you should ask a lawyer to explain it to you.

1. CREATION OF DURABLE POWER OF ATTORNEY FOR HEALTH CARE

By this document I intend to create a durable power of attorney by appointing the person designated below to make health care decisions for me as allowed by Sections 4600 to 4753, inclusive, of the California Probate Code. This power of attorney shall not be affected by my subsequent incapacity. I hereby revoke any prior durable power of attorney for health care. I am a California resident who is at least 18 years old, of sound mind, and acting of my own free will.

2. APPOINTMENT OF HEALTH CARE AGENT

(Fill in below the name, address and telephone number of the person you wish to make health care decisions for you if you become incapacitated. You should make sure that this person agrees to accept this responsibility. The following may not serve as your agent: (1) your treating health care provider; (2) an operator of a community care facility or residential care facility for the elderly; or (3) an employee of your treating health care provider, a community care facility, or a residential care facility for the elderly, unless that employee is related to you by blood, marriage or adoption, or unless you are also an employee of the same treating provider or facility. If you are a conservatee under the Lanterman-Petris-Short Act (the law governing involuntary commitment to a mental health facility) and you wish to appoint your conservator as your agent, you must consult a lawyer, who must sign and attach a special declaration for this document to be valid.)

I, ______________________________, hereby appoint:
(insert your name)

Name ______________________________

Address ______________________________

Work Telephone (______) ______________ Home Telephone (______) ______________

as my agent (attorney-in-fact) to make health care decisions for me as authorized in this document. I understand that this power of attorney will be effective for an indefinite period of time unless I revoke it or limit its duration below.

(Optional) This power of attorney shall expire on the following date: ______________________.

TỰ KIỂM TRA

1. Nhóm từ "chết như đinh cửa" là minh họa về định nghĩa cái chết văn hóa xã hội như ______.
2. Sự khác biệt giữa chết não và tình trạng thực vật dai dẳng là ______.
3. Không cho bệnh nhân uống kháng sinh để bệnh nhân chết là minh họa của ______.
4. Hãy mô tả con người ở từng cấp trong thuyết lập luận đạo đức của Kohlberg (được mô tả trong Chương 9) giải quyết vấn đề cái chết êm ái ra sao.

Trả lời: (1) phép loại suy, (2) cuống não vẫn còn hoạt động trong tình trạng thực vật dai dẳng, (3) cái chết êm ái bị động

Ý KIẾN VỀ CÁI CHẾT SAU KHI SỐNG MỘT QUÃNG ĐỜI

Mục tiêu nghiên cứu

- **Trẻ hiểu gì về cái chết? Người lớn giúp trẻ hiểu cái chết như thế nào?**
- **Tuổi vị thành niên có quan tâm gì về cái chết?**
- **Những người đầu tuổi trưởng thành có nhận xét gì về cái chết?**
- **Đối với người lớn ở tuổi trung niên vấn đề gì về cái chết là quan trọng nhất?**
- **Người già nhận xét về cái chết ra sao?**

DONNA và **CARL** *có đứa con gái 6 tuổi tên Jennie, bà ngoại mới mất, Jennie và bà rất thân với nhau, hầu như ngày nào cả hai cũng đều gặp mặt nhau. Những người lớn khác khuyên bố mẹ không nên cho Jennie dự đám tang. Donna và Carl không biết phải làm gì. Họ tự hỏi liệu Jennie có hiểu được điều gì xảy ra đối với bà ngoại hay không và họ lo lắng không biết con gái có phản ứng ra sao.*

Đối mặt với thực tế cái chết có lẽ là một trong những việc làm khó nhất mà chúng ta phải đối mặt trong cuộc sống. Xã hội Mỹ không giúp đỡ gì nhiều, vì thường tự tách mình ra khỏi cái chết thông qua cách nói trại, chẳng hạn như “đi xa” hoặc “đã lìa bỏ”, và bằng cách chuyển địa điểm tổ chức nghi thức từ nhà hoặc nhà thờ sang các nhà táng.

Những xu hướng này làm cho những người như Donna, Carl, và Jennie khó tìm hiểu về cái chết trong bối cảnh tự nhiên. Khi hấp hối người ta được chuyển từ nhà vào bệnh viện và các cơ sở khác như nhà dưỡng lão. Người thân khi viếng người chết thường nhìn thoáng qua thật nhanh tử thi được trang điểm trông có vẻ như người ấy đang còn sống, nằm bên trong cỗ áo quan có lớp lót thật đẹp

Người ta hiểu gì về cái chết, nhất là trẻ em như Jennie? Donna và Carl có cảm nghĩ ra sao? Trong phần này, chúng ta tìm hiểu xem chúng ta biết về những thay đổi nhận xét về cái chết trong suốt quãng đời nhận thức.

THỜI THƠ ẤU

Bố mẹ thường dẫn con đi dự đám tang của người thân và bạn bè thân. Nhưng nhiều người lớn, như Donna và Carl trong phần minh họa, tự hỏi không biết trẻ nhỏ có biết cái chết có ý nghĩa gì không. Trẻ trước độ tuổi đến trường thường nghĩ rằng cái chết chỉ là tạm thời và kỳ diệu. Trẻ nghĩ cái chết là điều gì đó ấn tượng đến với bạn vào giữa đêm giống như hồn ma hoặc kẻ (Dickinson, 1992). Cho đến 5 – 7 tuổi, trẻ em giống như trẻ em trong ảnh chụp



hiểu rằng cái chết là vĩnh viễn, sau cùng mọi người đều chết và người chết không còn chức năng hoạt động sinh học nữa (Silverman & Nickman, 1996).

Tại sao có sự thay đổi này? Bạn hãy nhớ lại các Chương 4 và 6, nhất là phần thảo luận thuyết phát triển nhận thức của Piaget. Hãy lấy Jennie, con gái 6 tuổi của Donna và Carl trong phần minh họa là ví dụ. Cô bé đang ở giai đoạn nào trong thuyết của Piaget? Trong quan điểm này, trẻ con từ 5 – 7 tuổi nằm trong sự chuyển tiếp từ suy nghĩ tiền hoạt động sang hoạt động cụ thể. Suy nghĩ hoạt động cụ thể cho phép đứa trẻ hiểu rằng chết là sau cùng và vĩnh viễn. Vì thế, Jennie có nhiều khả năng hiểu được điều gì xảy ra cho bà ngoại của mình.

Kinh nghiệm đầu tiên

Lần đầu tiên đứa trẻ biết được cái chết của người thân hoặc vật cưng, trẻ con dễ bị tổn thương (Attig, 1996). Trẻ con không có kinh nghiệm trước để giúp mình hiểu được sự kiện. Nghiên cứu cho thấy rằng trẻ con thể hiện một dải phản ứng (Normand, Silverman, & Nickman, 1996). Một số trẻ con nhận thấy cái chết gây đau buồn rất nhiều, trong khi số trẻ con khác dường như ít bị ảnh hưởng hơn. Nhiều đứa trẻ cảm thấy sợ hãi, cô độc và khó chịu. Một số đứa trẻ cố tìm cách khóc nhưng nhận thấy mình không khóc được. Trẻ con có nhiều khả năng hỏi người lớn nhiều câu về nghi thức đám tang. Như bé trai trong truyện tranh bên dưới, trẻ con hiểu được sự mất mát người thân và nhớ người thân trong những việc gia đình tề tựu.



"Con ước ông cũng sẽ đoàn tụ"

FAMILY CIRCUS ©1993, in lại với sự cho phép của King Features Syndicate.

Nhiều đứa trẻ lần đầu biết được cái chết khi có vật cưng bị chết (Dickinson, 1992). Trông có vẻ ít có sự khác biệt trong phản ứng của đứa trẻ đối với cái chết của người thân và cái chết của vật cưng, theo minh họa sau.

> Tôi nuôi con chuột đồng bé xíu, dễ thương. Tôi nghĩ chúng tôi đã trò chuyện về kỳ nghỉ đông trong trường vì khi tôi về nhà, tôi vẫn thấy con chuột đồng vẫn còn nằm ở đó, tôi nghĩ nó đang nghỉ đông! Bạn hàng xóm cạnh nhà tôi Sharon ghé qua nhà và nói rằng nếu chúng tôi làm cho con chuột đồng ấm lại thì sẽ sống lại. Vì thế, tôi bỏ con chuột đồng vào mền điện của mình để coi chuột đồng có sống lại hay không. Chuột đồng không hề sống lại, đến lúc này, mẹ tôi biết chuyện gì đã xảy ra, do đó chúng tôi phải đem chuột đồng đi chôn. Em tôi và tôi bỏ chuột đồng vào hộp đựng giày, quấn mềm để giữ ấm và bỏ vào hộp đựng giày một bức ảnh của chúng tôi để chuột đồng có bạn. Sau đó chúng tôi chôn chuột đồng ở sau vườn (Dickinson, 1992, trang 177).

Người lớn phải nhạy cảm trước nhu cầu của trẻ con vào thời điểm xảy ra cái chết cho dù đó là cái chết của vật cưng. Cách người lớn xử lý tình huống như thế sau này sẽ giúp trẻ con đối phó với cái chết của người thân (Attig, 1996; Dickinson, 1992).

Trẻ con thường phản ứng và tìm hiểu về cái chết nhiều hơn người lớn thường nghĩ. Những người ở đầu tuổi trưởng thành, hồi tưởng khi lần đầu tiên mình chứng kiến cái chết khi còn nhỏ, kể lại có nhiều cảm giác giống như người lớn: giận dữ, bối rối, hoài nghi, sợ hãi, cảm thấy bớt căng thẳng, tội lỗi, buồn rầu và trống rỗng (Buchsbaum, 1996; Dickinson,

1992). Một nam sinh viên nhớ lại lúc mình 9 tuổi, bố giúp mình giải quyết cảm xúc sau khi bà nội mất:

> Ngày bà nội tôi mất, bố tôi ghé ngang nhà cô dượng nơi anh em tôi đang ở chơi. Bố dắt chúng tôi vào phòng và bảo chúng tôi ngồi xuống. Bố cho chúng tôi biết bà nội Doc đã mất. Bố giải thích với chúng tôi rằng nếu chúng tôi muốn khóc thì cứ việc khóc. Bố cho chúng tôi biết bố đã khóc và khi chúng tôi khóc thì chúng tôi không phải là em bé mà chỉ là những người đàn ông bày tỏ cảm xúc của mình (Dickinson, 1992, trang 175 – 176).

Đối với trẻ con điều quan trọng là phải hiểu rằng cảm giác buồn, muốn khóc, hoặc thể hiện cảm xúc của mình theo bất kỳ cách nào mà trẻ con muốn là điều dễ chấp nhận. Sự làm yên tâm như thế giúp trẻ con giải quyết sự nhầm lẫn của mình trước các lời giải thích khác nhau của người lớn về cái chết. Những người ở đầu tuổi trưởng thành nhớ lại cảm giác khó chịu khi còn nhỏ về người chết, thường sợ rằng người chết sẽ đi theo mình. Các nhà nghiên cứu vẫn cho rằng đối với trẻ con điều rất quan trọng khi dự đám tang của người thân. Cho dù trẻ con thường nhớ một vài chi tiết ngay lập tức nhưng sự hồi phục nói chung ở trẻ con rất đáng kể (Silverman & Worden, 1992).

Tìm hiểu cái chết vô cùng khó đối với trẻ con khi người lớn không thẳng thắn và thành thật đối với trẻ con, nhất là về ý nghĩa của cái chết (Buchsbaum, 1996). Việc sử dụng cách nói trại chẳng hạn như "bà đã đi khỏi" hoặc "mẹ chỉ đang ngủ thôi" là điều không khôn ngoan. Trẻ con không hiểu mức độ ý nghĩa sâu xa của những câu như thế, có nhiều khả năng trẻ con hiểu theo nghĩa đen (Attig, 1996; Silverman & Nickman, 1996).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Giải thích của bạn về cái chết khi nói với trẻ 4 tuổi so với trẻ 8 tuổi khác nhau ra sao?

Khi giải thích cái chết cho trẻ con, điều tốt nhất là nên làm cho nó hiểu theo từ ngữ của trẻ con. Hãy giải thích thật đơn giản ở mức độ trẻ con có thể hiểu được. Cố làm giảm sự sợ hãi và làm cho trẻ con thêm an tâm rằng bất kỳ phản ứng nào của nó cũng chấp nhận được. Việc tạo ra sự hỗ trợ thương yêu đối với trẻ con sẽ làm tăng khả năng truyền đạt thành công (mặc dù đau đớn) thực tế của cuộc sống cho con người biết.

TUỔI VỊ THÀNH NIÊN

Tuổi vị thành niên là thời điểm thay đổi cơ thể và cá nhân khi người ta đang cố gắng phát triển thuyết về cái tôi. Khi trẻ vị thành niên chứng kiến cái chết của người thân thì nó gặp rắc rối đáng kể khi tìm hiểu ý nghĩa của sự kiện (Hogan & DeSantis, 1996).

Nói chung, trẻ vị thành niên rất ngừng ngại khi bàn chuyện cái chết và hấp hối. Như chúng ta thấy trong Chương 8, trẻ vị thành niên có ý thức rằng mình là người bất tử, không có gì xấu xảy ra cho mình. Cho dù trẻ con đã biết được cái chết qua việc bạn bè hoặc anh chị em ruột của bạn bè hoặc bố mẹ của bạn bè mất, trẻ vị thành niên như số trẻ vị thành niên trong ảnh thường nghĩ rằng đối với mình không có chuyện như thế. Vì thế, trẻ vị thành



niên không muốn bàn về sự sợ hãi và cảm xúc của mình (Kastenbaum, 1985).

Trái với suy nghĩ thông thường, trẻ vị thành niên thường không biểu lộ một thái độ dứt khoát về sự đau buồn của mình, nhất là khi cái chết của bố mẹ hoặc anh chị em ruột (Hogan & DeSantis, 1996). Chẳng hạn, anh chị em ruột ở tuổi vị thành niên có người thân qua đời vẫn còn thương nhớ anh chị em ruột đã mất và dự đoán khi về già họ sẽ trở về đoàn tụ với mình. Tuy nhiên, sự đau buồn không cản trở các quá trình phát triển qui phạm. Anh chị em ruột ở tuổi vị thành niên có người thân qua đời vẫn tiếp tục phát triển sau cái chết của một người mà mình có tình cảm quyến luyến giống như lúc trẻ vị thành niên không chứng kiến cái chết của anh chị em ruột (Hogan & DeSantis, 1996).

ĐẦU TUỔI TRƯỞNG THÀNH

Vì những người đầu tuổi trưởng thành chỉ mới bắt đầu theo đuổi mục tiêu gia đình, nghề nghiệp và cá nhân mà mình đặt ra, nên họ thường căng thẳng hơn trong cảm xúc của mình đối với cái chết. Khi được hỏi họ có cảm nghĩ gì về cái chết, những người ở đầu tuổi trưởng thành thường cho rằng đối với họ khi người thân mất vào thời điểm này trong cuộc sống là sự đánh đổi với tương lai của mình (Attig, 1996; Pattison, 1977).

Tìm hiểu những người ở đầu tuổi trưởng thành đối phó với cái chết ra sao tốt nhất nên được hiểu từ quan điểm thuyết quyến luyến (Balk, 1996; Jacobs, 1993). Theo quan điểm này, phản ứng của một người là kết quả tự nhiên của việc hình thành tình cảm quyến luyến và sau đó đánh mất tình cảm này. Chúng ta sẽ nghiên cứu sự đau khổ ở người lớn vào cuối chương này.

Mặc dù không được giải quyết cụ thể trong nghiên cứu, sự thay đổi từ suy nghĩ hoạt động chính thức sang suy nghĩ hậu chính thức có thể là sự thay đổi quan trọng trong sự suy ngẫm về cái chết của những người đầu tuổi trưởng thành. Có lẽ sự thay đổi trong phát triển nhận thức này được hỗ trợ bằng sự giảm bớt suy nghĩ về tính bất tử khi những người đầu tuổi trưởng thành bắt đầu kết hợp cảm xúc và cảm giác cá nhân với suy nghĩ của mình.

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Đặc điểm nào trong suy nghĩ hậu chính thức hữu ích nhất trong việc đối phó với cái chết?

TUỔI TRUNG NIÊN

Tuổi trung niên là thời điểm khi hầu hết mọi người đối mặt với cái chết của bố mẹ. Cho đến lúc này, người ta thường không nghĩ nhiều đến cái chết của chính mình (xem Chương 12), thực tế bố mẹ của mình đang vẫn còn sống ngăn cản tuổi trung niên có suy nghĩ này. Nói chung, trong diễn tiến sự kiện thông thường, người ta nghĩ rằng bố mẹ sẽ chết trước mình.

Một khi bố mẹ qua đời, người ta nhận thấy lúc này mình là thế hệ lớn tuổi nhất trong gia đình – thế hệ phải chết tiếp theo. Đọc cáo phó, người ta nhớ lại cái chết này, khi độ tuổi của nhiều người đã mất ngày càng giống với độ tuổi của chính mình hơn.

Có lẽ do kết quả của sự thừa nhận khả năng chết của chính mình ngày càng tăng nên ý thức về thời gian ở người lớn tuổi trung niên trải qua một sự thay đổi tinh vi nhưng sâu sắc, từ việc chú trọng đến quãng đời mình đã sống cho đến việc mình còn sống được bao lâu nữa (Attig, 1996; Neugarten, 1969). Điều này dẫn đến sự thay đổi nghề nghiệp hoặc tái định hướng khác chẳng hạn như cải thiện các mối quan hệ đã bị phai mờ qua năm tháng (xem Chương 12).

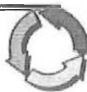
CUỐI TUỔI TRUNG NIÊN

Nói chung, người già ít lo về cái chết và dễ chấp nhận cái chết hơn các nhóm độ

tuổi khác (Kastenbaum, 1999; Keller, Sherry, & Piotrkowski, 1984). Một phần, điều này là do sự có được tính toàn vẹn bản ngã theo mô tả trong Chương 14 (trang 534 – 535). Đối với nhiều người già, niềm vui sống đang biến mất (Kalish, 1987). Hơn bất kỳ nhóm nào khác, người già đã từng trải sự mất mát trong gia đình và bạn bè và chấp nhận cái chết của chính mình. Người già có nhiều bệnh mãn tính hơn, họ nghĩ mình chết là vừa. Họ có thể nghĩ rằng mình đã hoàn tất nhiệm vụ quan trọng nhất trong cuộc đời (Kastenbaum, 1999).

Tìm hiểu và cách đối phó với cái chết rõ ràng là một quá trình phát triển trong suốt quãng đời. Như đã nêu trong phần Tác động hiện hành, quá trình này phản ánh sự kết hợp các tác động Sinh học, tâm lý và văn hóa xã hội.

TÁC ĐỘNG HIỆN HÀNH: TÌM HIỂU CÁI CHẾT



Tìm hiểu cái chết không phải là chủ đề bạn nghĩ là tìm thấy được tác động của khuôn khổ Tâm sinh học xã hội. Thật ra, khuôn khổ tạo ra một phương pháp tuyệt hảo để ràng buộc cùng lúc nhiều sợi chỉ khác nhau. Hiển nhiên nhất là các tác động Sinh học vốn là yếu tố cần thiết trong việc tìm hiểu cái chết. Chính định nghĩa về cái chết dựa trên sự hiện diện của một số chức năng Sinh học, những định nghĩa tương tự này tạo ra nhiều tình huống đạo đức khó xử phải vừa được giải quyết bằng yếu tố tâm lý và văn hóa xã hội. Tác động chu kỳ đời sống cũng đóng vai trò quan trọng. Chúng ta hiểu rằng cùng một khái niệm như nhau – cái chết – nhưng có ý nghĩa khác nhau ngoài sự chấm dứt sự sống đơn thuần tùy theo độ tuổi của con người.

Hiểu biết của con người về cái chết phát triển ra sao cũng là kết quả của các tác động tâm lý. Khi khả năng suy nghĩ và phản ánh trải qua thay đổi cơ bản thì quan điểm về cái chết thay đổi từ tiếp cận huyền bí sang tiếp cận có thể đang biến đổi và siêu nghiệm. Như chúng ta thấy trong phần kế tiếp, con người đang đối mặt với cái chết sắp xảy ra cho chính mình trải qua một số giai đoạn dựa trên cảm xúc của mình vào thời điểm ấy. Sau khi đã chứng kiến nhiều cái chết của bạn bè và người thân, mức độ chấp nhận cái chết của con người có thể gia tăng. Sự chứng kiến của cá nhân như thế cũng có thể diễn ra qua các nghi thức chung được xác định thông qua các tác động văn hóa xã hội. Người ta quan sát người khác đối phó với cái chết ra sao và cách ấn định sắc thái của nền văn hóa và qui định hành vi cho người còn sống. Tác động kết hợp cũng xác định cách con người đối phó với sự đau buồn khi người thân mất. Về mặt tâm lý, việc đối mặt với đau buồn tùy vào nhiều yếu tố trong đó chất lượng của hệ thống hỗ trợ mà chúng ta đang có. Chúng ta tìm hiểu sự đau buồn vào cuối chương này.

TỰ KIỂM TRA

1. Nói chung người lớn nên tránh ______ khi nói chuyện cái chết với trẻ con.
2. Trẻ vị thành niên thường quan tâm đến tính chất cuộc sống của mình hơn ______.
3. Những người ở đầu tuổi trưởng thành đối mặt với cảm thấy ______.
4. Một quan tâm quan trọng của người lớn tuổi trung niên là ______.
5. Nói chung, người già ______ về cái chết.
6. Người lớn nhận xét về cái chết liên quan đến các giai đoạn trong thuyết của Erikson được đề cập trong các Chương 9, 11, 12, và 14 theo những cách khác nhau ra sao?

Trả lời: (1) cách nói trại, (2) mình còn sống bao lâu nữa, (3) sự đánh đổi với tương lai, (4) ngày càng thừa nhận cái chết của chính mình, (5) ít lo hơn

---

QUÁ TRÌNH HẤP HỐI

Mục tiêu nghiên cứu

- **Sợ chết là gì?**
- **Các giai đoạn hấp hối là gì?**
- **Thuyết Phân đoạn hấp hối khác với thuyết Giai đoạn hấp hối ra sao?**
- **Hấp hối khác nhau trong suốt quãng đời ra sao?**

BETTY, *48 tuổi, thời gian gần đây được chẩn đoán mắc bệnh ung thư buồng trứng thời kỳ cuối. Bà bối rối khi biết tin này. Betty tự hỏi tại sao mình chấm dứt cuộc sống bằng bệnh tật và rất tức giận về chuyện này. Betty tự hỏi không biết người khác có cùng cảm xúc như bà hay không.*

Như Betty, hầu hết mọi người đều có suy nghĩ không dễ chịu về cái chết của chính mình. Thực hiện bài tập ngắn dưới đây giúp bạn một số hiểu biết thú vị về sự lo âu của mình đối với cái chết.

Bài tập phản ánh cái tôi về cái chết

1. Bạn hãy viết lời cáo phó của mình trong vòng 200 từ. Nên nhớ ghi độ tuổi của bạn và nguyên nhân chết. Liệt kê thành tựu bạn có trong thời gian sống. Đừng quên liệt kê những người còn sống.
2. Hãy nghĩ đến tất cả những gì lẽ ra bạn đã làm xong nhưng không kể ra trong cáo phó. Liệt kê một số.
3. Hãy nghĩ đến tất cả bạn bè bạn đã quen và bạn có ảnh hưởng ra sao đối với họ.
4. Lúc này bạn có thêm bớt gì trong lời cáo phó hay không?

Nên nghĩ thế nào về cái chết của chính mình đây? Hầu hết mọi người đều cho rằng lúc đầu có cảm giác khó chịu một tí nhưng sau đó cảm thấy dễ chịu hơn khi họ cho phép mình tham gia quá trình hồi tưởng lại cuộc đời và ý nghĩa của nó.

Những bài tập này là sự chuẩn bị để đặt ra câu hỏi hóc búa hơn, như Betty, mà tất cả chúng ta sau cùng đều phải giải quyết: tại sao chúng ta đều sợ chết? Chết là gì? Bệnh nhân thời kỳ cuối có suy nghĩ gì về cái chết? Người ta có nghĩ nhiều đến cái chết khi lớn tuổi hay không? Để trả lời những câu hỏi này, nhiều học giả phát triển thuyết Hấp hối dựa trên các cuộc phỏng vấn và các phương pháp khác. Lý thuyết chứng minh rằng hấp hối rất phức tạp và suy nghĩ, quan tâm và cảm giác của chúng ta thay đổi khi chúng ta gần sắp chết. Chúng ta tìm hiểu hai phương pháp khái niệm hóa quá trình hấp hối: một tiếp cận giai đoạn và một tiếp cận phân đoạn. Chúng ta cũng tìm hiểu cảm nghĩ của người hấp hối thay đổi ra sao trong tư cách chức năng của độ tuổi.

SỢ CHẾT

Vào một thời điểm nào đó trong cuộc đời, hầu hết chúng ta ít nhất có một khoảnh khắc có cảm giác **sợ chết**, *nỗi sợ hãi đối với thực tế cái chết.* Có lẽ chính vì lý do này mà nghiên cứu đầu tiên nhất

về hấp hối tập trung vào sự sợ chết. Chẳng hạn, từ thập niên 1970, chúng ta biết rằng sợ chết bao gồm mối lo về đau đớn, cơ thể hoạt động sai chức năng, sự làm bẽ mặt, sự loại bỏ, không tồn tại, sự trừng phạt, sự gián đoạn các mục tiêu cá nhân, và ảnh hưởng tiêu cực đối với người còn sống (Schulz, 1978). Nghiên cứu cũng chứng minh rằng việc cố nhận dạng biến số nào dự đoán cho mức độ sợ chết nhiều hơn (hoặc thấp hơn) rất khó, chẳng hạn, trái với suy nghĩ thông thường, đức tin tôn giáo không trực tiếp liên quan đến cảm giác sợ chết (Kalish, 1985).

Theo thuyết Phát triển, mức độ sợ chết mà con người cảm nhận thay đổi khác nhau theo độ tuổi (Gesser, Wong, & Reker, 1987 – 88). Người lớn tuổi trung niên thường là người sợ chết nhất, người già ít sợ chết nhất, và những người ở đầu tuổi trưởng thành ở khoảng giữa. Mức độ sợ hãi cao hơn ở người lớn tuổi trung niên rất có ý nghĩa, về mặt tâm lý, họ đang cố đối phó với cái chết của chính mình và suy nghĩ giảm sút của bố mẹ (xem Chương 12). Người già xem cái chết như một phần trong cuộc sống của mình qua thời gian dài theo nhiều cách (Kastenbaum, 1999). Cũng có thể người già giải quyết thành công các vấn đề tính thân mật, khả năng sản xuất và tính toàn vẹn bản ngã của Erikson, đến lượt những vấn đề này giúp người già chấp nhận cái chết chắc chắn sẽ đến với mình.

THUYẾT HẤP HỐI GIAI ĐOẠN

Hãy tưởng tượng sự tương tác với người đang hấp hối mỗi ngày trong công việc của bạn và vô cùng chán nản không được trò chuyện với họ về cảm giác họ đang có. Đối với chúng ta điều này trông có vẻ lạ, nhưng lại là thông lệ được chấp nhận trong giới y học thậm chí từ thập niên 1960. Một trong những người có uy tín nhất trong lịch sử nghiên cứu và lý thuyết



về hấp hối ở trong tình trạng như thế, Elisabeth Kübler-Ross (người trong ảnh chụp), vốn là một bác sĩ ở Chicago muốn giúp bốn sinh viên cao đẳng tiến hành nghiên cứu về cách con người đối phó với cái chết đang treo lơ lửng như thế nào. Năm 1965, nghiên cứu như thế gây nhiều tranh cãi, bác sĩ bạn đồng nghiệp của bà lúc đầu bất bình, thậm chí một số từ chối cho rằng bệnh nhân của mình đang ở thời kỳ cuối. Nhưng Kübler-Ross cứ nhất mực và xin được giấy phép tiến hành nghiên cứu. Sau cùng, bà tiến hành hơn 200 cuộc phỏng vấn với bệnh nhân thời kỳ cuối. Kübler-Ross cho rằng hầu hết những người hấp hối đều trải qua một chuỗi các phản ứng cảm xúc. Bằng cách quan sát, bà phát triển một chuỗi năm giai đoạn để mô tả quá trình chết thích đáng: phủ nhận, giận dữ, mặc cả, chán nản và chấp nhận (Kübler-Ross, 1969).

Khi những người như Betty, phụ nữ trong phần minh họa, được cho là mắc bệnh thời kỳ cuối, thì phản ứng đầu tiên của họ, chắc chắn là bị sốc, không tin. *Phủ nhận* là một phần thông thường trong việc sắp sửa chết. Một số người đi chẩn đoán nhiều nơi khác, hầu hết mọi người cho rằng bác sĩ chẩn đoán sai. Người khác cố tìm sự làm cho yên tâm trong tôn giáo. Mặc dù, sau cùng hầu hết mọi người đều chấp nhận chẩn đoán là đúng và bắt đầu cảm thấy tức giận.

Trong giai đoạn *tức giận*, người ta thể hiện thái độ thù địch, sự oán giận, và đố kỵ đối với nhân viên chăm sóc y tế, gia đình và bạn bè. Như Betty, họ hỏi, "Tại sao lại là tôi?" và thể hiện thái độ vô cùng thất vọng. Trông có vẻ thật không công bằng khi họ thì sắp chết trong khi còn quá nhiều người khác còn sống. Khi người ta có những suy nghĩ này thì họ bắt đầu giảm bớt thái độ giận dữ và bước sang giai đoạn mặc cả.

Trong giai đoạn *mặc cả,* người ta tìm một lối thoát. Có thể là sự mặc cả với một ai đó (có thể là Chúa) để giúp họ sống. Chẳng hạn, một phụ nữ hứa rằng nếu mình còn sống sẽ trở thành một bà mẹ tốt hơn. Sau cùng, cá nhân nhận thức rằng những cuộc mặc cả như thế sẽ không diễn ra.

Khi không thể phủ nhận thực tế bệnh tình được nữa, có lẽ là do phẫu thuật hoặc đau đớn, người ta thường có cảm giác *chán nản*. Người ta có cảm giác quá nhiều mất mát, thất vọng, tội lỗi và hổ thẹn đối với bệnh tình và hậu quả bệnh tật của mình. Kübler-Ross cho rằng nói về cảm giác với người khác sẽ giúp họ chuyển sang giai đoạn chấp nhận cái chết.

Trong giai đoạn *chấp nhận*, người ta chấp nhận chắc chắn mình sẽ chết. Người ta trông có vẻ tách rời khỏi thế giới và hoàn toàn thư thái. "Giống như thể không còn đau đớn nữa, cuộc đấu tranh đã kết thúc và đã đến lúc "yên nghĩ cuối cùng trước cuộc hành trình" (Kübler-Ross, 1969, trang 100).

Mặc dù Kübler-Ross (1974) cho rằng năm giai đoạn này tượng trưng cho quá trình phát triển cảm xúc điển hình khi con người hấp hối, nhưng bà lưu ý không phải ai cũng trải qua đủ năm giai đoạn hoặc diễn tiến qua từng giai đoạn với cùng mức độ và thứ tự như nhau. Sự diễn tiến qua các giai đoạn tùy theo sức khỏe cơ thể, quan điểm về cái chết và nhiều yếu tố khác. Nếu chúng ta công nhận những khác biệt ở mỗi người như thế này là điều bình thường thì các giai đoạn của Kübler-Ross sẽ giúp con người hiểu rằng suy nghĩ về hấp hối thay đổi qua thời gian.

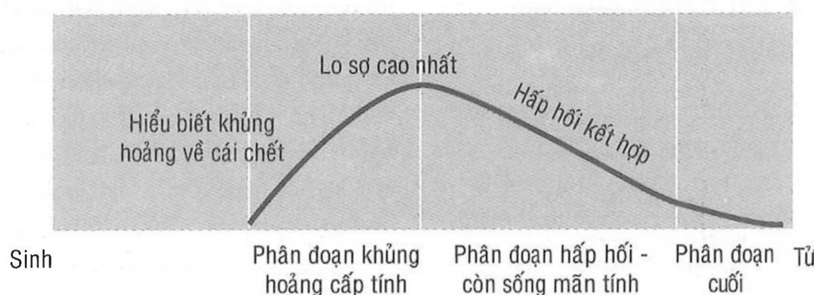
Nghiên cứu tiếp theo sau xác nhận quan điểm cho rằng các giai đoạn của Kübler-Ross tốt hơn nên được xem là sự phản ánh dải suy nghĩ mà con người đang có hơn là một chuỗi các giai đoạn cứng nhắc. Nghiên cứu giữa các nền văn hóa với nhau chứng minh rằng các giai đoạn phản ánh một tập hợp những kỳ vọng văn hóa cụ thể thật ra không mang tính phổ biến. Trong số các giai đoạn của Kübler-Ross, chỉ có giai đoạn chán nản là cảm giác phổ biến trong các nền văn hóa phương Tây (Shneidman, 1980). Một số bộ lạc Da Đỏ vùng Đồng Bằng sáng tác một ca khúc về cái chết để mô tả đời sống của một cá nhân và hoàn tất chu kỳ, còn người Mexico cho rằng cách bạn chết là sự phản ánh bạn thuộc loại người nào, do đó thường có nhiều tranh luận thẳng thắn về cái chết (DeSpelder & Strickland, 1983).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Cái giai đoạn hấp hối có thể sử dụng để giúp con người đối phó với cái chết ra sao?

CÁC QUAN ĐIỂM KHÁC

Kübler-Ross khái niệm hóa hấp hối như một loạt các giai đoạn cụ thể. Nhiều thập niên sau nghiên cứu bước ngoặt của bà đã đưa ra nhiều quan điểm khác với thái độ phê bình tiếp cận của Kübler-Ross. Hai trong số quan điểm quan trọng nhất xem hấp hối bao gồm các phân đoạn hoặc như một loạt công việc mà con người cần giải quyết. Cả hai tiếp cận đều đồng ý với Kübler-Ross trong việc xem hấp hối như một quá trình.



Thuyết hấp hối phân đoạn

Pattison (1977) lập luận rằng người đang hấp hối không trải qua một chuỗi các giai đoạn theo một thứ tự cố định. Đúng ra, họ trải qua một tập hợp cảm xúc phức tạp gồm sự hiểu biết về cái chết đang treo lơ lửng trộn lẫn với sự lo âu và sau cùng là chấp nhận. Những phân đoạn này được trình bày trong biểu đồ.

Phân đoạn cấp tính bắt đầu khi cá nhân biết rằng mình mắc bệnh thời kỳ cuối. Phân đoạn này mang đặc điểm: mức độ lo âu cao, phủ nhận, giận dữ và thậm chí mặc cả. Đồng thời, người ta còn điều chỉnh để thích nghi với tình trạng bệnh thời kỳ cuối, và sự lo âu dần dần giảm sút. Trong *phân đoạn hấp hối – còn sống mãn tính,* người ta nói chung có nhiều cảm giác mâu thuẫn phải được kết hợp. Những cảm giác này bao gồm nỗi sợ cảnh đơn độc, sợ người lạ, và đau buồn trước kỳ hạn trước cái chết của bạn bè, của thể xác, của sự tự chủ và của nhận dạng (Pattison, 1977). Những cảm giác sợ hãi và đau buồn tồn tại cùng lúc hoặc xen kẽ với cảm giác hy vọng, quyết đoán và chấp nhận (Shneidman, 1973). Sau cùng, bắt đầu *phân đoạn cuối,* cá nhân bắt đầu rút lui ra khỏi thế giới. Phân đoạn sau cùng này là phân đoạn ngắn nhất, và kết thúc bằng cái chết.

Tiếp cận hấp hối trên cơ sở công việc

Mặc dù tiếp cận hấp hối phân đoạn có một số người ủng hộ nhưng số khác cho rằng một nỗ lực bất kỳ đưa cảm giác của con người vào một thứ tự bất kỳ là điều không thích hợp (như Shneidman, 1980). Đúng ra, quan điểm cho rằng hấp hối thật ra là một quá trình trong đó con người giải quyết một số vấn đề chẳng hạn như sợ hãi, tính không chắc chắn, phủ nhận, cảm giác bất công, đau khổ dằn vặt thường, v.v...

Trong bối cảnh này, Carr (1991 – 92) đưa ra một tiếp cận trên cơ sở công việc để tìm hiểu và mô tả cách con người đối phó với hấp hối. Ông đưa ra bốn khía cạnh đối phó chính:

1. Thỏa mãn nhu cầu tự nhiên và giảm thiểu căng thẳng cơ thể
2. Tăng tối đa sự yên tâm về tâm lý, tính tự quản và sự sống đến mức cao nhất
3. Duy trì và tăng cường tình cảm quyến luyến quan trọng giữa cá nhân với nhau
4. Nhận dạng, phát triển hoặc tái khẳng định các tài nguyên sức mạnh tinh thần để nuôi dưỡng hy vọng.

Corr lập luận rằng những công việc này kết hợp với các chủ đề khác nhau được các nhà nghiên cứu và lý thuyết gia khác đề cập, nhưng cũng tiến hành theo cách có lợi cho nhân viên chăm sóc y tế và các nhân viên hỗ trợ khác. Bằng cách chú trọng các công việc mà người đang hấp hối phải thực hiện, mọi người tương tác với người đang hấp hối có thể thực hiện theo cách tích cực và có thể hỗ trợ người đang hấp hối thực hiện một công việc cụ thể.

HẤP HỐI VỚI CHÂN GIÁ TRỊ: NHÀ TẾ BẦN

Các thuyết về hấp hối cho rằng quá trình con người đối phó với cái chết của chính mình là một quá trình phức tạp. Dải cảm xúc con người trải qua mang nhiều hình thức và thường xảy ra cùng lúc. Trong cùng khung thời gian, con người có thể chọn kỳ nghỉ cuối cùng và cập nhật di chúc của mình, cảm giác buồn và cam chịu thực tế mình sẽ chết. Rõ ràng, công việc của những nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc là phải tìm hiểu những phản ứng đặc biệt và nhu cầu của bệnh nhân thời kỳ cuối. Người ta phải luôn tìm hiểu suy nghĩ của người đang hấp hối và phải luôn hỗ trợ họ. Bằng cách này có thể giúp con người chết với chân giá trị của mình.

Chết với chân giá trị là quyền quan trọng của mọi người, đảm bảo quyền này là một trong những mục tiêu của nhà tế bần. **Nhà tế bần** *là một tiếp cận chăm sóc chính thể luận chú trọng chất lượng cuộc sống và sự an ủi cá nhân.* Như được mô tả trong phần Bạn có thể ngạc nhiên, nhà tế bần là một phong trào bắt nguồn từ sự quan tâm bệnh nhân thời kỳ cuối. Nhà tế bần tượng trưng cho một khía cạnh quan trọng trong chăm sóc lúc cuối đời vì nó tập trung vào sự kiểm soát và khống chế đau đớn (Zuckerman, 1997). Nhà tế bần tìm cách tạo ra một môi trường hỗ trợ dành cho người đang hấp hối bằng cách để cho gia đình tham gia chăm sóc và bằng cách hỗ trợ chuyên môn trong thời điểm rất căng thẳng này (Kastenbaum, 1999). Chăm sóc ở nhà tế bần là một tùy chọn quan trọng đối với mọi người thuộc mọi độ tuổi (Corr & Corr, 1992a, 1992b).

BẠN CÓ THỂ NGẠC NHIÊN: NHÀ TẾ BẦN THAY THẾ



Hãy tìm hiểu cách đối xử với người đang hấp hối và cách bản thân họ đối mặt với cái chết. Rõ ràng, quyền chết với chân giá trị là điều quan trọng. Đối với nhiều người, chết với chân giá trị có nghĩa là khi họ chết có mặt gia đình và bạn bè, chết ở nhà tốt hơn. Nhà tế bần đưa ra hy vọng trong khía cạnh này (Holstein, 1997; Koff, 1981). Trong nhà tế bần điều quan tâm là chất lượng cuộc sống, làm cho con người cảm thấy dễ chịu, thanh thản càng nhiều càng tốt, chứ không phải làm chậm lại cái chết chắc chắn xảy ra. Mặc dù chăm sóc y tế có sẵn trong nhà tế bần nhưng mục đích chính là khống chế sự đau đớn và hồi phục chức năng hoạt động bình thường trong khi chăm sóc y tế ở bệnh viện thường cố gắng chữa trị bệnh (Holstein, 1997; Saunders, 1997).

Nhà tế bần hiện đại đều theo mô hình của Nhà tế bần St. Christopher ở Anh, do bác sĩ Cicely Saunders thành lập năm 1967. Chỉ được yêu cầu nhà tế bần phục vụ sau khi bệnh nhân hoặc bác sĩ nghĩ rằng không thể chữa trị hoặc điều trị khỏi bệnh. Vì thế, chương trình ở nhà tế bần khác chăm sóc bệnh viện hoặc chăm sóc tại nhà rất đáng kể. Sự khác biệt thấy rõ trong nguyên tắc làm nền tảng cho chăm sóc ở nhà tế bần: khách hàng và gia đình được xem là một đơn vị, làm cho khách hàng luôn cảm thấy không bị đau đớn, sự bần cùng hóa cảm xúc và xã hội phải ở mức tối thiểu, khách hàng phải được khuyến khích duy trì năng lực, giải quyết mâu thuẫn và thực hiện mong muốn thực tế phải được hỗ trợ, khách hàng phải được thoải mái khi bắt đầu hoặc kết thúc các mối quan hệ, và thành viên đội ngũ phải tìm cách làm giảm bớt đau đớn và sợ hãi (Saunders, 1977, 1997).

Hiện có hai loại nhà tế bần: nội trú và ngoại trú. Nhà tế bần nội trú chăm sóc cho mọi khách hàng, bệnh nhân AIDS như người đàn ông trong ảnh trang 657, thường được chăm sóc trong những cơ sở này. Nhà tế bần ngoại trú phục vụ cho khách hàng vẫn còn ở nhà. Nhà tế bần ngoại trú ngày càng phổ biến hơn, phần lớn vì có thể phục vụ được nhiều khách hàng với chi phí thấp hơn.

Các nhà nghiên cứu dẫn chứng bằng tư liệu những khác biệt quan trọng giữa bệnh viện và nhà tế bần nội trú (Saunders & Kastenbaum, 1997; VandenBos, Deleon, & Pallack, 1982). Trái với bệnh viện, mục đích chính của nhà tế bần là chăm sóc an ủi, bệnh viện thường áp dụng các tiếp cận



điều trị mang tính tấn công nhiều hơn. Một người được nhận vào nhà tế bần chỉ sau khi được chẩn đoán mắc bệnh thời kỳ cuối, thường có nghĩa là được hai bác sĩ xác nhận bệnh nhân chỉ sống trong vòng chưa tới 6 tháng nữa. Khách hàng của nhà tế bần linh động hơn, ít lo âu hơn, ít buồn chán hơn, vợ chồng thăm nuôi khách hàng nhà tế bần thường xuyên hơn và tham gia chăm sóc bệnh nhân tích cực hơn, thành viên đội ngũ dễ gần gũi hơn. Ngoài ra, hầu hết khách hàng nhà tế bần đều đã nằm bệnh viện trước khi chuyển đến nhà tế bần thường thích sự chăm sóc của nhà tế bần hơn (Walsh & Cavanaugh, 1984).

Mặc dù nhà tế bần là một biện pháp thay thế đáng giá đối với nhiều người nhưng không thể thích hợp cho mọi người (Holstein, 1997). Một số rối loạn cần được điều trị hoặc có thiết bị mà ở nhà tế bần nội trú không có, một số người nhận thấy nhà tế bần không đáp ứng được nhu cầu hoặc không phù hợp với suy nghĩ cá nhân của mình. Nhu cầu của khách hàng nhà tế bần, gia đình của họ, và nhân viên không phải lúc nào cũng trùng hợp nhau. Nhân viên và thành viên gia đình thường chú trọng đến sự khống chế đau đớn trong khi phần lớn khách hàng muốn chú ý đến các vấn đề cá nhân nhiều hơn như bàn trực tiếp về cái chết hoặc về đức tin tôn giáo của mình (Walsh & Cavanaugh, 1984). Nhân viên và thành viên gia đình nên hỏi khách hàng xem họ cần gì hơn là dự đoán nhu cầu của họ

Mặc dù nhà tế bần là một biện pháp thay thế quan trọng cho bệnh viện hoặc cho cơ sở khác, xem đây là nơi để chết, nhưng không phải lúc nào cũng vào được. Chẳng hạn, người già hấp hối chậm nhưng chết lúc nào vẫn chưa biết không đủ tiêu chuẩn để vào nhà tế bần, khi nhiều nhà tế bần chỉ tiếp nhận khách hàng chỉ còn sống trong vòng chưa tới 6 tháng nữa. Đáp ứng nhu cầu của những người đang hấp hối khác sẽ là một thử thách cho các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc y tế trong tương lai.

QUAN ĐIỂM PHÁT TRIỂN QUÃNG ĐỜI VỀ QUÁ TRÌNH HẤP HỐI

Cảm giác đi kèm với cái chết và hấp hối mang tính riêng tư, tác động mạnh. Tuy nhiên, chúng ta biết từ Chương 1 rằng tác động chu kỳ đời sống là những thành phần quan trọng trong việc tìm hiểu đầy đủ về một vấn đề phát triển bất kỳ. Cảm giác đi kèm với hấp hối cũng quan trọng như thế.

Hãy nhìn bốn người trong ảnh. Bạn dành ít phút để xem khi nghe tin mỗi người trong số này đã chết trong một tai nạn máy bay bạn sẽ có phản ứng ra sao. Bạn có cảm giác gì? Cảm giác của bạn có khác với người khác hay không? Trong

phần này, chúng ta tìm hiểu vấn tắt về độ tuổi của người hấp hối thay đổi với nhận xét và cảm nhận về cái chết.

Về mặt trí năng, chúng ta biết rằng hấp hối không phải là một điều gì đó chỉ xảy ra ở một nhóm độ tuổi. Nhưng hầu hết chúng ta thường không nghĩ về điều này vì chúng ta thích kết hợp hấp hối với tuổi già nhiều hơn. Cái chết không hề biết giới hạn độ tuổi, nhưng cái chết của người này thường được chấp nhận nhiều hơn cái chết của người khác (Kastenbaum, 1985, 1999). Cái chết của một phụ nữ 95 tuổi được xem là bình thường, bà đã sống một cuộc đời dài, trọn vẹn. Nhưng cái chết của một trẻ sơ sinh được xem là một bi kịch. Cho dù cảm giác như thế có được biện minh hay không thì cũng nêu rõ vấn đề người ta nhận xét và cảm nhận cái chết khác nhau tùy theo độ tuổi.

Trẻ chết vì bệnh cấp tính và tai nạn, những người đầu tuổi trưởng thành chủ yếu chết vì tai nạn, người già chết chủ yếu vì bệnh mãn tính như bệnh tim và ung thư (Trung tâm thống kê y tế quốc gia, 1997). Vì con người thuộc nhiều độ tuổi khác nhau chết theo nhiều cách khác nhau, nên quá trình chết cũng khác nhau (Kalish, 1985), một vấn đề các lý thuyết gia thường không nghĩ đến. Dễ thấy nhất, con đường hấp hối của người già dài hơn, và người già có nhiều khả năng chết trong sự cô lập hơn các nhóm độ tuổi khác (Kastenbaum, 1999). Từ quan điểm trong thuyết của Corr, người già có thời gian khó khăn hơn khi thực hiện thành công các công việc hấp hối.

Phần lớn quan tâm của người đang hấp hối đều liên quan đến độ tuổi của mình (Kalish, 1987). Sự khác biệt thấy rõ nhất trong mức độ con người cảm thấy mình bị đánh lừa hoặc có thể tức giận như trong tiếp cận của Kübler-Ross. Những người nhỏ tuổi hơn cảm thấy bị lừa theo cách họ đang đánh mất những gì mình có thể có được, người già cảm thấy bị lừa vì họ đang mất những gì mình đang có. Ngoài những khác biệt chung này, người ta không biết nhiều về sự khác nhau của nhiều người thuộc nhiều độ tuổi khi đối mặt với cái chết.

Một yếu tố quan trọng đối với người già đang hấp hối là cái chết của họ được cộng đồng xem là ít bi kịch hơn cái chết của những người nhỏ tuổi hơn (Kalish & Reynolds, 1976; Kastenbaum, 1985). Do đó, người già nhận được cách điều trị cứu sống ít hơn và được xem là ít giá trị hơn và cũng không đáng đầu tư nhiều thời gian, tiền bạc hoặc công sức đáng giá. "Người già bệnh thời kỳ cuối bất lực như trẻ con nhưng hiếm khi họ được đối xử âu yếm" (Weisman, 1972, trang 144). Phần lớn người già hấp hối đều ở trong các cơ sở chăm sóc dài hạn, ít tiếp xúc với gia đình và bạn bè. Người già nhất là người bệnh, và suy nhược, đóng góp cho cộng đồng ít hơn. Do đó, khi họ mất, sự đau buồn cảm xúc không nhiều, vì sự ra đi của họ được xem là ít có ý nghĩa và không đáng kể (Kalish, 1987; Kastenbaum, 1999).

Điều này không có nghĩa là cái chết của người già không được gia đình và bạn bè thương cảm. Trái lại, sự ra đi của người già được các thế hệ thương cảm sâu sắc (Anderson, 1997). Đơn thuần là vì xã hội nói chung đặt "giá trị" cảm xúc vào cái chết của người già ít hơn cái chết của trẻ con và những người đầu tuổi trưởng thành. Trong phần tiếp theo, chúng ta sẽ tìm hiểu cá nhân đối phó với sự mất đi người thân ra sao.

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Một lập luận phản đối tự tử với sự hỗ trợ của thầy thuốc cho rằng điều này dẫn đến việc lạm dụng cái chết êm ái. Quan điểm về cái chết của người già liên quan đến sự quan tâm này ra sao?

TỰ KIỂM TRA

1. Có suy nghĩ không dễ chịu về cái chết của chính mình là sự biểu hiện ______.
2. Năm giai đoạn hấp hối là phủ nhận, giận dữ, ______, chán nản và chấp nhận.
3. Khi một cá nhân bắt đầu rút lui khỏi thế giới thì cá nhân ấy đang bước vào phân đoạn hấp hối ______.
4. ______ là nơi tập trung vào sự khống chế đau đớn đối với bệnh nhân thời kỳ cuối hơn là điều trị.
5. Người già phần lớn chết vì ______.
6. Việc sống trong nhà tế bần giúp con người chấp nhận cái chết của mình ra sao?

Trả lời: (1) sợ chết, (2) mặc cả, (3) cuối, (4) nhà tế bần, (5) bệnh mãn tính

CÒN LẠI SỰ MẤT MÁT: QUÁ TRÌNH ĐAU BUỒN

Mục tiêu nghiên cứu

- **Người ta trải qua quá trình đau buồn như thế nào?**
- **Người ta có cảm giác đau buồn gì?**
- **Giữa đau buồn thông thường và bất thường có sự khác biệt gì?**

Còn lại sự mất mát: quá trình đau buồn

Quá trình đau buồn

Phản ứng đau buồn thông thường

Phản ứng đau buồn bất thường

SAU 67 năm kết hôn, chồng của Bertha vừa mất trong thời gian gần đây. Ở tuổi 90, Bertha hiểu rằng mình cũng như chồng không còn sống lâu nữa, nhưng cái chết là một cú sốc. Lúc nào Bertha cũng nghĩ về chồng và thường ra quyết định trên cơ sở "ý của ông xã tôi cũng giống như thế".

Trong quãng đời, mỗi người chúng ta đều phải chứng kiến sự ra đi của người thân. Bất kỳ lúc nào chúng ta mất đi người thân bằng cái chết hoặc sự chia tay khác, như Bertha thì chúng ta đang trải qua tình cảnh sự mất đi người thân, đau buồn và đám tang. **Sự mất đi người thân** *là tình trạng hoặc hoàn cảnh do sự mất mát từ cái chết mà ra.* **Đau buồn** *là sự buồn phiền, tổn thương, giận dữ, tội lỗi, bối rối, và những cảm giác khác phát sinh sau khi sự mất mát xảy ra.* **Đám tang** *là cách chúng ta bày tỏ sự đau buồn của mình.* Chẳng hạn, bạn có thể biết rằng người phụ nữ trong ảnh đang mất đi người thân và đang khóc than với trang phục màu đen và mạng che mặt của bà. Khóc than chịu nhiều ảnh hưởng của văn hóa. Đối với một số nền văn hóa, đám tang có thể chỉ là mặc đồ đen, dự tang lễ và trong một thời



gian phải thể hiện sự đau buồn hình thức, có nghĩa là uống rượu, mặc đồ trắng, và lấy anh chị em ruột của vợ chồng người quá cố. Đau buồn tương ứng với cảm xúc tiếp theo sau sự mất mát trong khi khóc than là sự biểu hiện hành vi những cảm xúc này được nền văn hóa chấp nhận. Cho dù nghi thức đám tang có thể theo tiêu chuẩn tương đối trong một nền văn hóa nhưng cách đau buồn của con người lại khác nhau như chúng ta sẽ thấy trong tiết sau. Chúng ta cũng sẽ thấy phản ứng của Bertha khá điển hình ở hầu hết mọi người.

QUÁ TRÌNH ĐAU BUỒN

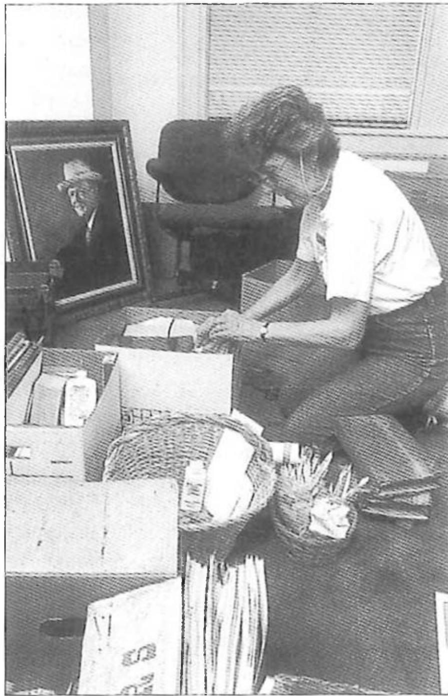
Con người đau buồn như thế nào? Họ có cảm giác gì? Có lẽ bạn cũng có khả năng trả lời những câu hỏi này từ kinh nghiệm của chính mình. Nếu thế, bạn hiểu rằng quá trình đau buồn là một quá trình riêng tư, phức tạp. Cũng như không có cách chết nào thích hợp, và cũng không có cách đau buồn nào thích hợp. Công nhận việc có nhiều sự khác biệt ở cá nhân, chúng ta nghiên cứu những mẫu này trong phần này.

Quá trình đau buồn thường được mô tả là sự phản ánh nhiều chủ đề và vấn đề mà con người thường đối mặt (Attig, 1996; Stroebe và người khác, 1996). Giống như quá trình hấp hối, đau buồn không có các giai đoạn phân ranh giới rõ ràng mà chúng ta phải trải qua theo một chuỗi nhất định. Khi người thân của chúng ta mất, chúng ta phải sắp xếp lại cuộc sống của mình, xác lập các mẫu hành vi và tái định nghĩa các mối quan hệ với gia đình và bạn bè. Quả thật Attig (1996) cho rằng đau buồn là một quá trình chúng ta phải tìm hiểu lại thế giới.

Không giống như sự mất đi người thân, chúng ta không có sự kiểm soát, đau buồn là một quá trình bao gồm sự chọn lựa cách thích ứng (Attig, 1996). Từ quan điểm này, đau buồn là một quá trình chủ động trong đó cá nhân phải thực hiện nhiều việc (Worden, 1991):

- *Thừa nhận thực tế mất mát.* Chúng ta phải vượt qua cám dỗ phủ nhận thực tế mất mát của mình, phải công khai và thẳng thắn thừa nhận, và hiểu rằng sự mất mát này ảnh hưởng đến mọi khía cạnh trong đời sống của chúng ta.
- *Vượt qua cơn xáo trộn cảm xúc.* Chúng ta phải tìm nhiều phương pháp hiệu quả để đối mặt và thể hiện toàn bộ dải cảm xúc của mình sau sự mất mát, không nên tránh né hoặc kiềm chế cảm xúc ấy.
- *Điều chỉnh để thích nghi với môi trường khi không còn người thân nữa.* Chúng ta phải xác định các mẫu sinh hoạt mới để điều chỉnh thích hợp và có ý nghĩa đối với vấn đề người thân đã mất.
- *Giảm bớt sự ràng buộc với người đã mất.* Chúng ta tự mình thoát khỏi những ràng buộc với người đã mất để tái tham gia hệ thống xã hội của mình, điều này có nghĩa là tìm ra cách hiệu quả để nói lời tạm biệt.

Quan điểm cho rằng đau buồn là một quá trình thích ứng chủ động nhấn mạnh rằng người còn sống phải hòa hợp với thế giới sự vật cụ thể, địa điểm và sự kiện cũng như địa điểm tâm linh của chúng ta trong thế giới, thế giới tương tác giữa cá nhân với nhau với gia đình và bạn bè, người đã mất, và trong một số trường hợp, với Chúa, và các khía cạnh cái tôi bên trong cũng như kinh nghiệm cá nhân của chúng ta (Attig, 1996). Bertha, phụ nữ trong phần minh họa, đang ở giữa quá trình này. Như người phụ nữ trong ảnh chụp trang 661, ngay cả vấn đề quyết định nên làm gì đối với ảnh hưởng cá nhân của người đã mất có thể là một



phần trong quá trình thích ứng chủ động này (Attig, 1996).

Khi nghĩ đến quá trình đau buồn, chúng ta phải tránh phạm một số sai lầm. Thứ nhất, đau buồn là một cảm giác rất riêng tư. Quá trình có hiệu quả tốt đối với người này nhưng không thể có hiệu quả đối với người khác. Thứ hai, chúng ta không nên đánh giá quá thấp thời lượng con người cần để giải quyết các vấn đề khác nhau. Đối với một người quan sát tình cờ, trông có vẻ người còn sống "trở lại bình thường" sau một vài tuần. Thật ra, phải mất nhiều thời gian hơn để giải quyết các vấn đề cảm xúc phức tạp con người đối mặt trong sự mất đi người thân (Attig, 1996; Stroebe và người khác, 1996). Các nhà nghiên cứu và nhà trị liệu đều nhất trí rằng con người cần ít nhất một năm mới hồi phục sau khi người thân mất, và phải mất hai năm không phải là chuyện hiếm. Sau cùng, *hồi phục* có thể là một từ gây nhầm lẫn. Có lẽ chính xác hơn là phải nói chúng ta học cách sống chung với sự mất mát hơn là chúng ta hồi phục qua sự mất mát ấy (Attig, 1996). Tác động của sự mất đi người thân kéo dài rất lâu, có thể trong suốt phần đời còn lại. Thừa nhận những khía cạnh đau buồn này giúp chúng ta dễ hiểu những gì nên nói và nên làm đối với người đang chịu tang. Trong nhiều cách hữu ích nhất là để cho người ấy biết bạn cũng đau buồn về sự mất mát của họ, rằng bạn đang có mặt để giúp đỡ họ.

Cái chết nghĩ đến so với cái chết không nghĩ đến

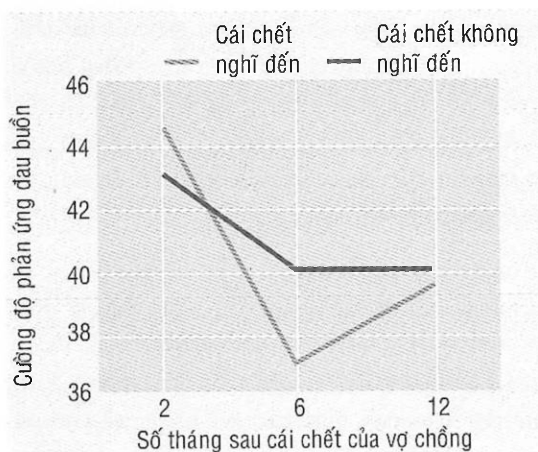
Khi cái chết của người thân là cái chết nghĩ đến thì người ta phản ứng khác với cái chết không nghĩ đến. Khi biết trước sẽ chết, con người trải qua một thời kỳ đau buồn trước kỳ hạn trước khi cái chết xảy ra (Attig, 1996). Thời kỳ này được cho là để làm giảm tác động của sự mất mát khi nó xảy ra cũng như tạo điều kiện thuận tiện cho sự hồi phục. Cơ hội đau buồn trước kỳ hạn dẫn đến kết quả giảm bớt khả năng bị rối loạn tâm lý chẳng hạn như trầm cảm một năm sau khi vợ hoặc chồng mất (Ball, 1976 – 77), bố mẹ dễ chấp nhận hơn sau cái chết của con (Binger và người khác, 1969), và sự hồi phục chức năng hiệu quả nhanh chóng hơn và hạnh phúc tiếp theo sau (Glick, Weiss, & Parkes, 1974). Tuy nhiên, nghĩ đến cái chết của người thân lại tạo ra căng thẳng đáng kể (Attig, 1996; Norris & Murrell, 1987). Chẳng hạn, người chăm sóc bệnh nhân Alzheimer thể hiện sự giảm sút trong cảm giác đau buồn trước kỳ hạn trong các giai đoạn chăm sóc thời kỳ giữa, những cảm giác này chỉ gia tăng cường độ về sau này (Ponder & Pomeroy, 1996).

Lý do giải thích tại sao sự hồi phục từ cái chết dự đoán trước đôi khi nhanh hơn và đôi khi không nhanh vẫn chưa được tìm hiểu đầy đủ. Chúng ta biết rằng ảnh hưởng kéo dài của các sự kiện gây căng thẳng thường ít có vấn đề hơn nếu được

người ta nghĩ đến, do đó cũng có thể áp dụng nguyên tắc tương tự đối với cái chết. Có lẽ hữu ích khi có một dịp để tưởng tượng cuộc sống không có người hấp hối và có dịp để điều chỉnh thích hợp. Trong thời kỳ "thực hành" này, chúng ta thừa nhận rằng mình cần được giúp đỡ, có cảm giác đơn độc, hoảng sợ, và phải cần nhiều bước tự chuẩn bị. Ngoài ra, nếu chúng ta thừa nhận rằng mình chắc chắn có một số cảm giác thì dễ hiểu và dễ đối phó với những cảm giác ấy khi chúng đến.

Cái chết được nghĩ đến thường ít huyền bí hơn (Attig, 1996). Hầu như chúng ta luôn hiểu tại sao người ta chết (chẳng hạn bệnh chết). Cái chết không nghĩ đến khiến chúng ta có nhiều thắc mắc: tại sao lại là người thân *của tôi?* Tại sao vào lúc này? Người sống dễ bị thương tổn, những gì xảy đến cho người thân cũng dễ xảy đến cho chính mình. Hiểu được lý do thật sự tại sao người ta chết sẽ làm cho việc điều chỉnh dễ dàng hơn.

Những chứng cứ này không có nghĩa là con người cảm nhận được cái chết biết trước của người thân thì sẽ không đau buồn. Thật ra, một nghiên cứu cho thấy góa phụ có chồng bệnh ít nhất một tháng trước khi mất thường đau buồn rất nhiều như số góa phụ có chồng chết bất ngờ theo đồ thị bên dưới mô tả (Hill, Thompson,



& Gallagher, 1988). Thật ra, góa phụ biết trước cái chết của chồng trong 6 tháng sau khi chồng mất có mức độ đau buồn nhiều hơn góa phụ có chồng chết bất ngờ. Biết rằng chồng hoặc vợ mình ít lâu nữa sẽ mất không hẳn làm cho cảm giác mất mát dễ được giải quyết hơn về lâu về dài. Có thể điều mấu chốt trong việc tìm hiểu sự đau buồn trước kỳ hạn là chính bản thân dấu hiệu cảnh báo trước sự mất mát không quan trọng như việc tái cấu trúc ý nghĩa của đời sống của một người sau khi sự mất mát xảy ra (Fulton, Madden, & Minichiello, 1996).

PHẢN ỨNG ĐAU BUỒN THÔNG THƯỜNG

Cảm giác cảm nhận được khi đau buồn rất mãnh liệt, không những làm cho khó thích ứng mà còn làm cho người ta đặt nghi vấn về phản ứng của chính mình. Cảm giác thường bao gồm cảm giác buồn bã, phủ nhận, tức giận, cô độc và tội lỗi. Sau đây là bảng tóm tắt những cảm giác này (Vickio, Cavanaugh, & Attig, 1990). Bạn hãy giành ít phút để kiểm tra xem có giống như bạn nghĩ hay không?

Hoài nghi	Phủ nhận	Bị sốc
Buồn	Tức giận	Căm ghét
Tội lỗi	Sợ hãi	Lo âu
Bối rối	Bất lực	Trống rỗng
Cô độc	Chấp nhận	Khuây khỏa
Hạnh phúc	Không nhiệt tình	Không cảm xúc

Nhiều tác giả ám chỉ khía cạnh tâm lý phù hợp với sự mất đi người thân là **hành động đau buồn**. Khái niệm này rất phù hợp với thảo luận ban đầu xem đau buồn như quá trình thích ứng chủ động (Attig, 1996). Thậm chí cá nhân chưa từng chứng kiến cái chết của các

> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
> Thuyết Hấp hối và phản ứng đau buồn giống nhau như thế nào?

thành viên thân thiết trong gia đình, nhiều người thừa nhận phải dành cho người còn sống một thời gian để giải quyết nhiều cảm xúc của mình. Một nghiên cứu yêu cầu sinh viên đại học mô tả cảm giác mà mình nghĩ là điển hình của một người mất đi người thân (như bố mẹ, con, anh chị em ruột, bạn bè). Sinh viên hiểu rõ sự cần thiết của hành động đau buồn, thừa nhận ít nhất phải cần đến một năm, và rất nhạy cảm với dải cảm xúc và hành vi được thể hiện ở người đang chịu tang (Vickio, Cavanaugh, & Attig, 1990).

Trong thời gian tiếp theo sau cái chết của người thân, ngày tháng có ý nghĩa riêng tư gợi lại cảm giác đau buồn. Chẳng hạn, những ngày lễ như Lễ tạ ơn hoặc sinh nhật có thể là những thời điểm khó khăn. Ngày giỗ cũng gây nhiều rắc rối đáng kể. ***Từ phản ứng ngày giỗ*** *ám chỉ những thay đổi về hành vi liên quan đến cảm giác đau buồn trong ngày này.* Kinh nghiệm cá nhân và nghiên cứu chứng minh rằng cảm giác đau buồn thường tái diễn hoặc các minh họa khác của phản ứng ngày giỗ là điều thường thấy trong sự đau buồn thông thường (Attig, 1996; Rosenblatt, 1996).

Đau buồn qua thời gian

Hầu hết nghiên cứu về cách con người phản ứng với cái chết của người thân đều là nghiên cứu cắt ngang. Tuy nhiên, một số nghiên cứu được tiến hành để tìm hiểu con người tiếp tục đau buồn nhiều năm sau sự mất mát như thế nào. Rosenblatt (1996) báo cáo rằng con người 50 năm sau vẫn cảm thấy còn bị ảnh hưởng bởi cái chết của thành viên trong gia đình. Độ sâu của cảm xúc đối với sự mất đi người thân không bao giờ phai mờ, khi con người vẫn còn khóc, cảm thấy buồn khi đề cập về chuyện mất mát cho dù chuyện này đã xảy ra rất lâu đi nữa.

Norris và Murrell (1987) tiến hành một nghiên cứu theo chiều dọc về hành động đau buồn ở người già, họ tiến hành ba cuộc phỏng vấn trước khi chết và một cuộc sau khi chết. Kết quả thú vị trong nghiên cứu của họ được mô tả chi tiết hơn trong phần Nghiên cứu nổi bật. Kết quả của nghiên cứu này rất phù hợp với thảo luận trước đây về cái chết nghĩ đến và cái chết không nghĩ đến. Chúng cũng có những ngụ ý can thiệp quá trình. Nghĩa là, sự can thiệp nhằm mục đích giảm bớt căng thẳng hoặc tăng thêm sức khỏe có thể hiệu quả hơn nếu được thực hiện trước khi chết. Ngoài ra, vì rối loạn sức khỏe chỉ nhiều thêm ở những người trong nhóm có người thân vừa mất không có cảm giác căng thẳng trước khi chết, có thể căng thẳng cảm nhận được trước khi chết là một kết quả của việc nghĩ đến cái chết. Lundin (1984) cũng nhận thấy rối loạn sức khỏe chỉ nhiều thêm ở những người chứng kiến cảnh đột tử.

NGHIÊN CỨU NỔI BẬT: CĂNG THẲNG TRONG GIA ĐÌNH VÀ SỰ THÍCH ỨNG TRƯỚC VÀ SAU KHI MẤT NGƯỜI THÂN



Ai là nhà điều tra, và mục đích nghiên cứu là gì? Điều gì xảy ra ở một gia đình chứng kiến cái chết của một người thân? Fran Norris và Stanley Murrell (1987) tìm cách trả lời câu hỏi này bằng cách quan sát các gia đình trước và sau sự mất đi người thân.

Làm cách nào các nhà điều tra đánh giá chủ đề quan tâm? Như một phần của một nghiên cứu qui phạm theo chiều dọc rất rộng, khoảng mỗi 6 tháng họ lại tiến hành phỏng vấn chi tiết. Các nhà

nghiên cứu sử dụng nhiều công cụ khác nhau để thu thập thông tin mở rộng về sức khỏe cơ thể, bao gồm các khả năng hoạt động chức năng và cách điều trị cụ thể, rối loạn tâm lý và căng thẳng trong gia đình. Rối loạn tâm lý đánh giá các triệu chứng trầm cảm. Căng thẳng trong gia đình đánh giá các mặt chẳng hạn như bệnh nặng mới xuất hiện của thành viên trong gia đình, có thêm sự dọn vào ở chung của một thành viên trong gia đình, gia đình phải thêm trách nhiệm, mâu thuẫn mới trong gia đình hoặc mâu thuẫn mới trong hôn nhân.

Ai là người tham gia nghiên cứu? Có tất cả 63 người già trong các gia đình chứng kiến cái chết của một thành viên gia đình gần gũi nhất so với 387 người già trong các gia đình không chứng kiến cái chết như thế để dẫn chứng bằng tư liệu rằng con người cảm thấy nhiều căng thẳng hơn do đau buồn.

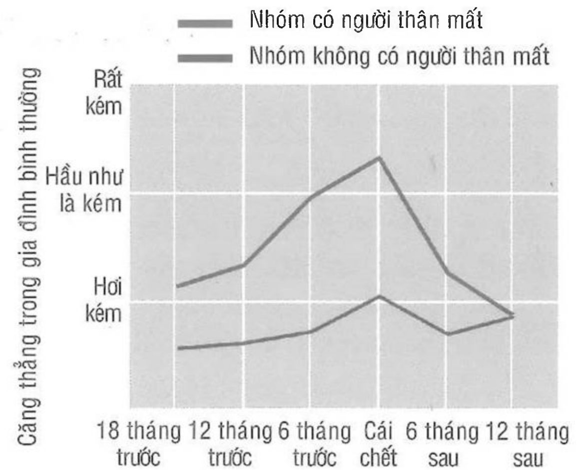
Thiết kế nghiên cứu là gì? Norris và Murrell sử dụng thiết kế theo chiều dọc và đánh giá con người trong mỗi 6 tháng trước sự mất đi người thân 18 tháng và sau sự mất đi người thân 12 tháng.

Có sự quan tâm đạo đức trong nghiên cứu hay không? Như tất cả các nhà nghiên cứu tìm hiểu sự mất đi người thân, Norris và Murrell cần nhạy cảm đối với cảm xúc của con người và giám sát các dấu hiệu phản ứng bất thường của những người tham gia.

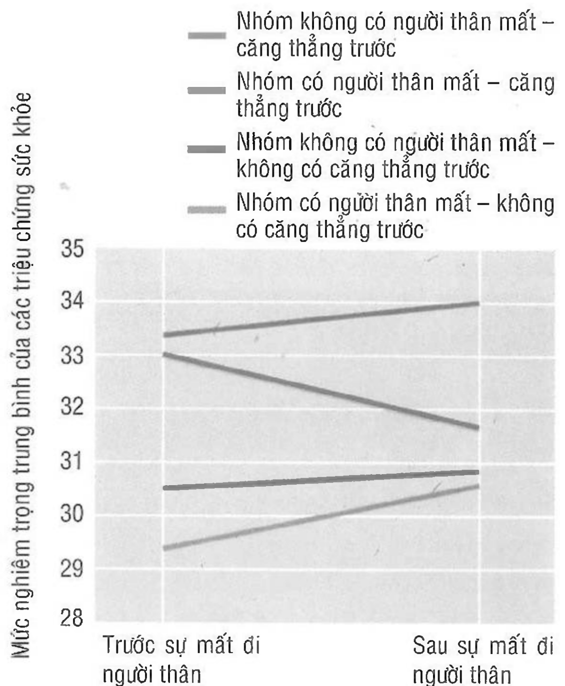
Kết quả ra sao? Trong số các gia đình có người thân mất, căng thẳng trong gia đình nói chung tăng trước cái chết và sau đó giảm. Mức độ căng thẳng ở những gia đình này cao nhất trong thời điểm gần và sau khi chết. Ngoài ra, sự mất đi người thân là dấu hiệu rất quan trọng báo trước sự căng thẳng trong gia đình, nghĩa là sự dự đoán và trải qua cảnh người thân mất là nguyên nhân gây căng thẳng.

Thậm chí thú vị hơn chứng cứ liên quan đến mối quan hệ giữa sức khỏe và căng thẳng. Theo thể hiện trong biểu đồ bên phải trên, cá nhân có người thân mất báo cáo căng thẳng trước cái chết thường của cái chết có sức khỏe kém hơn người có người thân mất nhưng không có cảm giác căng thẳng. Tuy nhiên, theo biểu đồ bên phải dưới, cá nhân có người thân mất báo cáo có căng thẳng trước thể hiện sự sút giảm các triệu chứng cơ thể thấy rõ 6 tháng sau cái chết, người có người thân mất báo cáo không có căng thẳng trước lại có triệu chứng cơ thể tăng nhẹ. Kết quả cuối cùng là cả hai nhóm đều có cùng mức độ biểu hiện triệu chứng cơ thể như nhau 6 tháng sau sự mất đi người thân.

Nhà điều tra kết luận ra sao? Norris và Murrell mô tả hai ngụ ý quan trọng. Thứ nhất, sự mất đi người thân không có vẻ là nguyên nhân gây ra sức khỏe kém, nhóm có người thân mất không khác



North & Murrell, 1987.



North & Murrell, 1987.

mấy với nhóm không có người thân mất trong các gia đình không căng thẳng. Thứ hai, sự mất đi người thân dường như làm tăng đáng kể rối loạn tâm lý. Tóm lại, những thay đổi đáng kể trong rối loạn tâm lý tiếp theo sau sự mất đi người thân là điều bình thường, nhưng những thay đổi đáng kể về sức khỏe cơ thể thì không.

➡ *Ảnh hưởng của sự đau buồn thông thường đối với sức khỏe người lớn*

Nhiều người cho rằng sự mất đi người thân phải có những ảnh hưởng tiêu cực thấy rõ đối với sức khỏe của người còn sống, nhất là khi người còn sống lớn tuổi. Tuy nhiên, như Norrsi và Murrell chứng minh rằng ảnh hưởng sức khỏe như thế không chắc xảy ra.

Nghiên cứu khác xác nhận quan điểm này (Perkins & Harris, 1990). Người lớn ở tuổi trung niên có nhiều khả năng bị rối loạn sức khỏe cơ thể nhất, tiếp theo sau sự mất đi người thân, người lớn ở đầu tuổi trưởng thành và người già ít có một ít rối loạn sức khỏe. Những người ở đầu tuổi trưởng thành có khả năng đối phó với sự mất mát vì họ được trang bị đối phó căng thẳng tốt hơn. Người già có nhiều kinh nghiệm với những sự mất mát như thế hơn và đoán trước được người già có thể dựa trên nền tảng của mình để thích ứng một cách tự nhiên. Trái lại, người lớn ở tuổi trung niên có ít kinh nghiệm hơn và họ cũng nằm trong số phải đối mặt với cái chết của chính mình. Do đó, sự mất đi người thân là điều nhắc nhở về số phận của chính mình thường gây xáo trộn về cảm xúc (Perkins & Harris, 1990).

PHẢN ỨNG ĐAU BUỒN BẤT THƯỜNG

Không phải ai cũng có khả năng thích ứng tốt với sự đau buồn và bắt đầu xây dựng lại cuộc sống. Đôi khi, cảm giác bị tổn thương, cô độc và tội lỗi áp đảo đến mức chúng trở thành tiêu điểm trong cuộc sống của người còn sống, đến mức độ không hề có kết thúc và sự đau buồn tiếp tục cản trở vô hạn khả năng hoạt động chức năng của mình. Vì thế, những gì phân biệt đau buồn thông thường với đau buồn bất thường không phải là loại phản ứng mà đúng ra là cường độ và thời gian kéo dài đau buồn (Schulz, 1985).

Nói chung, biểu hiện thường gặp nhất của đau buồn bất thường là tự khiển trách và cảm giác tội lỗi quá mức (Anderson, 1997). Ở một số người, cảm giác tội lỗi là do sự phá vỡ thông lệ thường ngày và làm giảm khả năng hoạt động chức năng. Người ta bắt đầu phạm sai lầm trong đánh giá, đi đến tình trạng trầm cảm xúc động, gặp nhiều rối loạn trong ăn hoặc ngủ, thường xuyên bị ám ảnh với những suy nghĩ quanh quẩn về người chết. Phần lớn những cá nhân này cần tự nguyện tìm sự giúp đỡ của giới chuyên môn hoặc nhờ thành viên trong gia đình hoặc bạn bè quan tâm giúp đỡ. Thật không may, sự dự đoán về lâu dài những người có phản ứng đường bất thường vẫn chưa đủ nếu không được giới chuyên môn giúp đỡ (Schulz, 1985). Rối loạn thường gặp nhất là trầm cảm, có thể trở nên nghiêm trọng và mãn tính. Các rối loạn khác bao gồm rút lui khỏi xã hội, kết quả đánh mất hệ thống xã hội của cá nhân.

Sự đau buồn mãnh liệt cần tiếp tục kéo dài trong bao lâu mới được xem là đau buồn bất thường là một vấn đề cần đánh giá. Như chúng ta đã thấy, một số

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Thầy thuốc lâm sàng nhạy cảm với sự khác biệt văn hóa trong sự thể hiện đau buồn trong việc xác định phản ứng bất thường như thế nào?

nghiên cứu biểu thị rằng đối với người còn sống phải ít nhất một năm mới khuây khỏa, trở lại bình thường, trong nhiều trường hợp, phải mất thời gian lâu hơn. Có những khác biệt văn hóa trong quá trình đau buồn phải được tôn trọng (Anderson, 1997). Do đó, các thầy thuốc lâm sàng thường hoài nghi rằng sự đau buồn của con người cản trở sinh hoạt thường nhật của mình nếu phản ứng đau buồn mãnh liệt vẫn còn sau khi người thân mất hơn hai năm. Tuy nhiên, đánh giá như thế phải được thực hiện trên cơ sở từng trường hợp một, không có khoảng thời gian ấn định nào được xem là tiêu chuẩn nhất định.

TỰ KIỂM TRA

1. Đau buồn được khái niệm hóa tốt nhất như một hình thức ______.
2. Cảm giác buồn vào ngày giỗ của người bà mất năm ngoái là minh họa của ______.
3. So với các nhóm độ tuổi khác, ______ biểu thị ảnh hưởng tiêu cực nhất tiếp theo sau sự mất đi người thân.
4. Biểu hiện đau buồn bất thường thường gặp nhất là cảm giác tội lỗi và ______.
5. Nếu bạn phải viết một quyển sách mỏng liệt kê 5 điều quan trọng nhất nên làm và không nên làm liên quan đến việc mất một thành viên thân trong gia đình hoặc người bạn, bạn sẽ kết luận điều gì? Tại sao?

Trả lời: (1) thích ứng chủ động, (2) phản ứng ngày giỗ, (3) người lớn ở tuổi trung niên, (4) tự khiển trách mình.

GIẢI QUYẾT CÁC LOẠI MẤT MÁT KHÁC NHAU

Mục tiêu nghiên cứu

- **Tại sao cái chết của bố mẹ làm cho con còn sống phải định nghĩa lại vai trò của họ trong tư cách bố mẹ?**
- **Người ta giải quyết cái chết của con ra sao?**
- **Tại sao cái chết của người bạn đời lại gây đau buồn nhiều như thế?**
- **Người ta giải quyết các loại mất mát khác nhau ra sao?**

Giải quyết các loại mất mát khác nhau

Cái chết của bố mẹ

Cái chết của con cái

Cái chết của người bạn đời

So sánh các loại mất mát

CLARE, *37 tuổi, và anh trai Alex, 41 tuổi, bị mất bố mẹ trong một tai nạn cách đây vài tháng. Từ đó đến nay, hai người có cảm giác vô cùng mất mát, và suy nghĩ nhiều về việc mình trở thành thế hệ lớn tuổi nhất trong gia đình. Cảm giác của họ đã mang lại cho họ một quan điểm mới về cuộc sống và họ nhận biết cái chết của chính mình.*

Sự mất đi người thân gây nhiều cảm giác đau buồn. Tuy nhiên, có những khác biệt quan trọng trong cách phản ứng của người lớn đối với các loại mất mát khác nhau. Như Clare và Alex cho thấy, bố mẹ mất có ngụ ý chúng ta đang ở vị trí nào theo nghĩa thế hệ trong gia đình của mình. Con mất gây nhiều đau buồn nhất đối với hầu hết mọi người nó thay đổi hoàn toàn cách chúng ta thường nghĩ sự việc được cho là phải xảy ra như thế. Mặc dù chúng ta biết rằng tỉ lệ bạn đời mất khá cao, với nhiều ảnh hưởng nghiêm trọng. Trong phần kết thúc này, chúng ta hãy tìm hiểu người lớn đối mặt và thích ứng với sự đau buồn của mình trong bối cảnh các loại mất mát khác nhau ra sao.



CÁI CHẾT CỦA BỐ MẸ

Hầu hết bố mẹ mất sau khi con cái trưởng thành. Nhưng cho dù cái chết của bố mẹ diễn ra vào thời điểm nào đi nữa thì cũng gây nhiều sự tổn thương. Chúng ta không những mất đi một mối quan hệ quan trọng mà còn mất đi vật đệm tâm lý quan trọng giữa bản thân và cái chết (Anderson, 1997; Attig, 1996). Chúng ta, là con, lúc này đang nối tiếp dòng dõi. Quả thật, cái chết của bố mẹ thường làm cho con cái còn sống phải định nghĩa lại ý nghĩa của tư cách làm bố mẹ và ý nghĩa quan trọng của thời gian còn sống bên nhau (Malinak, Hoyt, & Patterson, 1979). Clare và Alex, các đứa con ở tuổi trưởng thành vẫn còn sống là minh họa cho sự tái định nghĩa này.

Cũng như đối với người phụ nữ trong ảnh chụp bên phải trên, cái chết của bố mẹ tước đi nhiều điều quan trọng ở con người: nguồn hướng dẫn và tư vấn, nguồn thương yêu mô hình cho kiểu làm bố mẹ của chính mình (Buchsbaum, 1996). Cái chết của bố mẹ tước bỏ cơ hội cải thiện các khía cạnh trong mối quan hệ của họ với bố mẹ. Bày tỏ tình cảm đối với bố mẹ trước hoặc sau khi bố mẹ mất là điều quan trọng. Bố mẹ mất được xem là sự mất mát rất đáng kể, cho dù chúng ta bao nhiêu tuổi đi nữa thì xã hội cũng chấp nhận việc chúng ta đau buồn trong khoảng thời gian hợp lý.

CÁI CHẾT CỦA CON CÁI

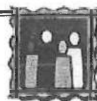
Cặp vợ chồng trong ảnh chụp trang 668 đang trải qua những gì mà nhiều người nghĩ rằng đây là loại mất mát tệ hại nhất: con chết (Klass, 1996b). vì người ta cho rằng bố mẹ phải chết trước con, nếu con chết trước bố mẹ giống như trật tự tự nhiên của vạn vật đã bị xâm phạm. Cái chết không nghĩ đến gây đau buồn rất lớn như trong tai nạn ô tô hoặc trong hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh. Nhưng bố mẹ có con mắc bệnh thời kỳ cuối cũng chịu nhiều đau khổ cho dù có sự đau buồn trước kỳ hạn đi nữa. Đám tang luôn căng thẳng, một số bố mẹ không bao giờ hồi phục hoặc trở lại bình thường sau cái chết của con (Klass, 1996).

Một số mất mát thường được bỏ qua nhiều nhất là những mất mát sinh non,



sẩy thai, phá thai hoặc chết lúc mới sinh (Borg & Lasker, 1981; Klass, 1996). Tình cảm quyến luyến với con đã có trước khi sinh, vì thế sự mất mát gây tổn thương nghiêm trọng. Tuy nhiên, bố mẹ trải qua loại mất mát này được cho là hồi phục rất nhanh. Kinh nghiệm của bố mẹ trong các nhóm hỗ trợ như nhóm Compassionate Friends, cho biết một kết quả khác hẳn (Klass, 1996). Những bố mẹ này báo cáo mình có cảm giác mất mát và tổn thương nghiêm trọng nhất là khi người khác không hiểu được cảm xúc của mình. Tệ hại nhất, nếu kỳ vọng xã hội là phải hồi phục nhanh không được đáp ứng thì bố mẹ sẽ trở thành đối tượng bị phê bình là nhẫn tâm. Theo lời một bà mẹ, bố mẹ thường chỉ ao ước có ai đó hiểu được sự mất mát của mình (Okonski, 1996). Phần Người thật việc thật kể một câu chuyện kinh nghiệm sẩy thai của một cặp vợ chồng.

NGƯỜI THẬT, VIỆC THẬT: ĐAU BUỒN KHI BỊ SẨY THAI



Như đã nêu trong bài khóa, một trong những loại mất mát thường bị bỏ qua nhiều nhất là mất mát do sẩy thai. Thật không may, nhiều người phản ứng với sự sẩy thai bằng cách bảo với cặp vợ chồng đang đau buồn rằng "họ còn có nhiều con nữa", "không phải là chuyện xấu vì thật ra các bạn chưa biết đứa bé kia mà", "có lẽ đứa bé dị dạng gì đó, bị sẩy như thế là tốt nhất", và những phát biểu vô tình tương tự.

Một trong số tác giả sách giáo khoa này cũng đã trải qua loại mất mát này. Hai vợ chồng ông phải điều trị bệnh vô sinh, hai người rất vui khi vợ có mang. Khi con mất, họ vô cùng thất vọng. Người ta nói với họ những câu như phần trên. Sự đau buồn của họ nhiều hơn nữa vì họ biết khó có mang lần thứ hai. Vào đêm bị sẩy thai, họ làm bài thơ này xem đó là lời xác nhận cho các cặp vợ chồng đau buồn gặp phải cảnh ngộ như mình.

Đêm trước

khi tôi ngồi nắm tay em

trong phòng cứu cấp,

với đôi mắt bất lực khi sự sống chúng ta tạo ra

đến hồi kết thúc,

Tôi cảm thấy cô độc và bất lực nhiều hơn

trong suốt cả đời mình.

Trông em rất sợ hãi, run rẩy, không còn kiểm soát sự kiện được nữa, trong tôi là một biển buồn,

Cuốn trôi tôi như ngọn sóng triều.

Tôi bỗng nên vô cùng

quá quen thuộc với tâm trạng đau buồn

quá quen thuộc với cảnh bất lực không thốt nên lời.

Tôi hiểu sự việc lúc này đã kết thúc.

Đã qua rồi. Trong quá khứ. Cuộc sống vẫn tiếp diễn.

Nhưng tôi biết trong suốt

quãng đời còn lại

Tôi nhìn thấy con mình trong từng đứa trẻ tôi đã từng gặp.

Không sao tôi quên được.

Làm sao tôi quên được chứ?

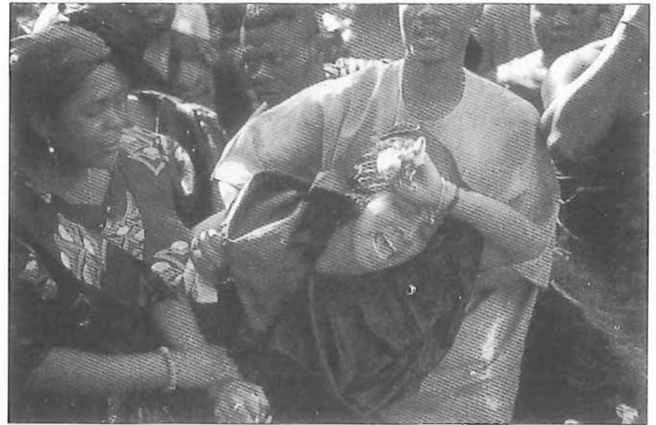
> **? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ**
>
> Cái chết của con hoặc cháu liên quan đến khái niệm khả năng sản xuất của Erikson ra sao?

Sau cùng, cảm giác của ông bà cũng dễ bị bỏ qua. Họ cũng cảm thấy đau đớn và mất mát khi cháu mất. Ngoài ra, không chỉ họ đau buồn đối với cháu của mình mà còn đau buồn vì sự mất mát của con mình nữa (Hamilton, 1978). Ông bà phải được tham dự các nghi thức hoặc tham gia các nhóm hỗ trợ bất kỳ do gia đình chọn.

CÁI CHẾT CỦA NGƯỜI BẠN ĐỜI

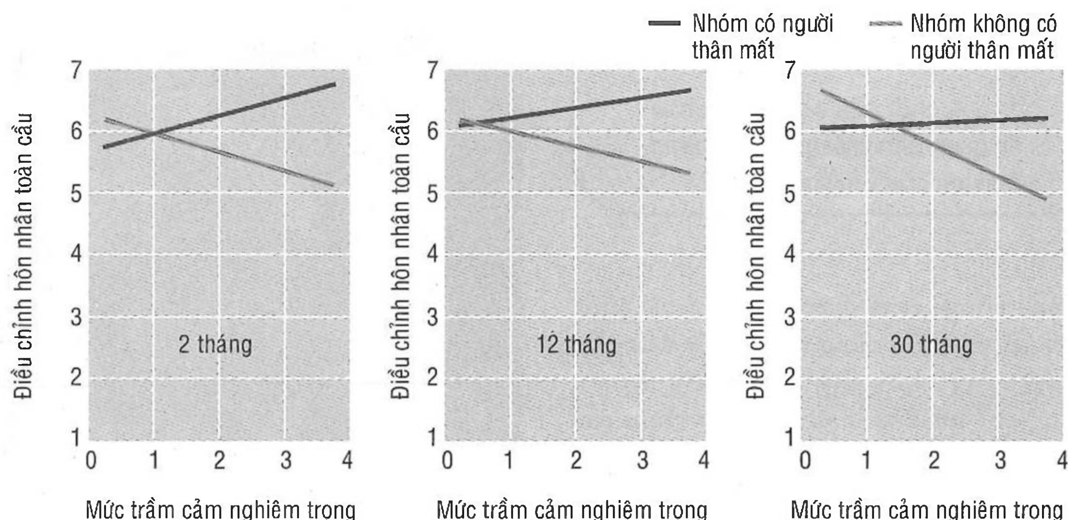
Cái chết của người bạn đời khác với những mất mát khác. Cái chết này chắc chắn tượng trưng cho sự mất mát riêng tư sâu sắc nhất, nhất là khi cặp vợ chồng đã có mối quan hệ gắn bó, lâu năm. Trong thực tế, khi người bạn đời mất thì một phần bản thân chúng ta cũng mất theo. Bertha, góa phụ trong phần minh họa là trường hợp điển hình. bà cùng chồng có mối quan hệ khăng khít, chồng mất khiến bà bị tổn thương nghiêm trọng.

Trong xã hội có áp lực phải để tang người bạn đời trong một thời gian nào đó (Lopata, 1996; Moss & Moss, 1996). Thông thường, áp lực này được thấy rõ nếu người còn sống bắt đầu thể hiện sự quan tâm tìm một người bạn đời khác trước khi hết thời gian để tang "có thể chấp nhận được". Mặc dù người Mỹ không còn nêu cụ thể thời gian để tang này nữa nhưng nhiều người cho rằng một năm là thích hợp. Áp lực và nhận xét tiêu cực thường không đi cùng với những mất mát khác là biểu thị khác của tính nghiêm trọng mà hầu hết mọi người phải chú ý khi bạn đời của mình mất.



Nghiên cứu phản ứng khi bạn đời mất cho thấy thay đổi rất khác nhau cùng với độ tuổi của người còn sống. Vợ chồng ở đầu tuổi trưởng thành, như phụ nữ trong ảnh, đau buồn ngay sau khi chồng chết thường căng thẳng hơn các cặp vợ chồng lớn tuổi. Tuy nhiên, 18 tháng sau, tình hình hoàn toàn trái ngược. Vào lúc này, các cặp vợ chồng lớn tuổi bảo rằng mình đau buồn nhiều hơn các cặp vợ chồng nhỏ tuổi (Sanders, 1980 – 81). Quả thật, các cặp vợ chồng lớn tuổi có bạn đời mất có thể đau buồn ít nhất 30 tháng (Thompson và người khác, 1991). Sự khác biệt dường như liên quan đến bốn yếu tố. Cái chết của vợ/chồng trẻ là cái chết bất ngờ, có một vài mẫu vai trò cùng độ tuổi đối với những người còn trẻ nhưng góa chồng hoặc góa vợ, người góa chồng lớn tuổi hơn cảm nhận sự đau buồn sâu sắc hơn trước cái chết của người bạn đời, trong khi những người góa chồng trẻ tuổi hơn chỉ đau buồn lúc đó nhưng sau này sẽ không đau buồn nếu không bị sự kiện này gợi nhớ, và người vợ còn sống càng trẻ thì càng có nhiều khả năng kết hôn nhiều hơn. Những người góa chồng lớn tuổi hơn nghĩ rằng mình chỉ sống thêm vài năm nữa và thích ấp ủ kỷ niệm với người chồng quá cố hơn là nghĩ đến việc lấy chồng khác (Raphael, 1983).

Hỗ trợ xã hội đóng vai trò quan trọng trong kết quả của quá trình đau buồn trong hai năm đầu sau cái chết của người bạn đời.



Điều đặc biệt quan trọng là chất lượng của hệ thống hỗ trợ dành cho người bạn đời đang đau buồn, hơn là số lượng bạn bè. Người còn sống có ít bạn hoặc ít người thân có mối quan hệ mật thiết, gắn bó với mình còn khá hơn là người sống sót có nhiều bạn bè quen biết (Dimond, Lund, & Caserta, 1987).

Một nghiên cưu về sự mất người bạn đời đánh giá về cách đánh giá hôn nhân của người bạn đời còn sống. Người già có bạn đời mất đánh giá mối quan hệ của mình sau cái chết của bạn đời 2, 12 và 30 tháng. Người già không có bạn đời mất dùng làm nhóm so sánh. Kết quả được tóm tắt trong biểu đồ. Người góa chồng hoặc người góa vợ đánh giá hôn nhân của mình tích cực hơn người già không có bạn đời mất. Sự tổn thất trong hôn nhân qua cái chết để lại một thành kiến tiêu cực trong ký ức. Tuy nhiên, vợ chồng có bạn đời mất càng trầm cảm thì càng đánh giá hôn nhân tích cực. Trái lại, vợ chồng có bạn đời mất lại đánh giá hôn nhân của mình là tiêu cực. Kết quả này cho thấy trầm cảm tiếp theo sau sự mất đi người thân biểu thị cho những khía cạnh tích cực trong mối quan hệ trong khi trầm cảm không phải do sự mất đi người thân biểu thị một mối quan hệ không êm thấm (Futterman và người khác, 1990).

Một số nghiên cứu về người góa chồng dẫn chứng bằng tư liệu khuynh hướng đối với một số phụ nữ thường "thánh hóa" chồng mình (Lopata, 1996). Sự thánh hóa bao gồm mô tả người chồng bằng những từ thật lý tưởng, và cũng có một số chức năng: xác nhận với người góa chồng rằng họ có cuộc hôn nhân vững bền, họ là người tốt, đáng giá, và có khả năng xây dựng lại cuộc đời. Phụ nữ Mỹ gốc Âu cũng cho rằng một người vợ nhân cách phải có các vai trò khác khi thực hiện một điều gì đó có vẻ như thánh hoá chồng mình (Lopata, 1996).

Các cặp vợ chồng tình dục khác giới không kết hôn và các cặp vợ chồng nam đồng tính và nữ đồng tính có thể có cảm giác và phản ứng khác đối với loại cảm xúc đau buồn điển hình. Chẳng hạn, thành viên trong gia đình của người quá cố có thể không làm cho người bạn đời có cảm giác được tiếp đón trong đám tang, làm cho người bạn đời khó tham gia các mối quan hệ khác. Nam đồng tính có bạn đời chết vì bệnh AIDS có thể có lo ngại nhiều hơn và khó giải quyết được cảm xúc (Goodkin và người khác, 1997).

SO SÁNH CÁC LOẠI MẤT MÁT

Có rất ít nghiên cứu so sánh phản ứng đau buồn của con người trong các loại

mất mát khác nhau. Phần lớn nghiên cứu tập trung vào sự giống nhau trong quá trình đau buồn hơn là sự khác nhau trong việc giải quyết các loại mất mát khác nhau (Attig, 1996). Trong nhiều nghiên cứu khả dụng, bố mẹ có người thân mất thường biểu hiện mức độ trầm cảm và các phản ứng đau buồn khác cao hơn vợ chồng hoặc con đã trưởng thành có bạn đời mất (Owen, Fulton, & Markusen, 1982). Nghiên cứu khác cho thấy cường độ trầm cảm tiếp theo sau sự mất mát đặc biệt liên quan đến việc người còn sống xem mối quan hệ với người đã chết quan trọng đến mức nào (Murphy, 1988). Người còn sống thường trầm cảm hơn (và cũng thường nghiêm trọng) tiếp theo sau cái chết của người có ý nghĩa đặc biệt quan trọng đối với mình.

Một nghiên cứu so sánh phản ứng đau buồn của 255 phụ nữ tuổi trung niên đã chứng kiến bạn đời, bố mẹ hoặc con mất trong 2 năm trước. Các bà mẹ có người thân mất báo cáo bị trầm cảm ở mức độ cao hơn những người góa chồng, những người góa chồng báo cáo mình trầm cảm hơn con đã trưởng thành. Thật ra, hơn 60% các bà mẹ có người thân mất có điểm số trầm cảm trong dải trầm cảm từ vừa phải đến nghiêm trọng (Leahy, 1993).

? VẤN ĐỀ CẦN SUY NGHĨ

Dựa vào thảo luận trước đây về sự khác biệt trong quãng đời khi đối mặt với cái chết, độ tuổi của người chứng kiến sự mất mát tạo ra sự khác biệt trong những kết quả này ra sao?

Chúng ta phải thận trọng trong việc hiểu những số liệu này. Như đã nêu, có nhiều khía cạnh đau buồn ngoài trầm cảm ra. Cho đến khi các nhà nghiên cứu đưa ra chứng cứ về các khía cạnh khác, vẫn còn quá sớm khi kết luận rằng một số loại kết quả mất mát này đau buồn hơn một số loại kết quả mất mát khác. Đến thời điểm này, tất cả chúng ta có thể nói rằng tiếp theo sau một số loại mất mát, thì một số người bị triệu chứng trầm cảm nhiều hơn, ở mức độ nghiêm trọng hơn.

TỰ KIỂM TRA

1. Cái chết của bố mẹ tước đi ______ ở con người.
2. Một số mất mát thường bị bỏ qua nhiều nhất là mất con trong ______.
3. Ngay sau khi cái chết của chồng, người góa chồng ______ thường đau buồn nhiều hơn người góa chồng ______.
4. Trong một nghiên cứu so sánh các loại mất mát khác nhau, ______ báo cáo có mức độ trầm cảm cao nhất.
5. Chúng ta có được hiểu biết gì về tính chất của mối quan hệ khi quan sát sự đau buồn tiếp theo sau sự mất mát?

Trả lời: (1) mối quan hệ quan trọng và vật đệm tâm lý đối với cái chết, (2) chết non, sẩy thai, phá thai và chết trước khi sinh, (3) già hơn, trẻ hơn (4) các bà mẹ đau buồn

KẾT HỢP TẤT CẢ LẠI VỚI NHAU

Như chúng ta tìm hiểu trong chương này, suy nghĩ về cái chết không phải là dễ. Người ta dạy chúng ta cách đối phó rất tốt. Như Greta, chúng ta thấy có nhiều

nghi thức và tập quán về đám tang và để tang khác nhau và chúng ta chưa hiểu hết. Bạn có thể trong tình huống giống như tình huống của Donna và Carl, đối mặt với tình huống khó xử không biết có nên cho con nhỏ theo dự đám tang hay không. Bạn cũng biết một số người như Betty được chẩn đoán mắc bệnh thời kỳ cuối hoặc một số người như Bertha vừa chết chồng. Như Clare và Alex, bạn đã chứng kiến sự qua đời của người thân hoặc bạn bè.

Cái chết không phải là một chủ đề lý thú như trò chơi của trẻ hoặc sự phát triển nghề nghiệp. Cái chết không phải là chủ đề chúng ta đến trường mới học được. Đối với nhiều người cái chết là kết thúc sự sống của mình, cũng là một khía cạnh nghĩ đến thường rùng mình. Nhưng vì tất cả chúng ta đều có chung nỗi sợ này ở một số mức độ nào đó, nên mỗi người chúng ta được trang bị để hỗ trợ và an ủi những người còn sống đang đau buồn.

Cái chết là tác động chu kỳ đời sống sau cùng mà chúng ta đối mặt, chiến thắng sau cùng của các tác động sinh học đã hạn chế thời gian sống. Tuy nhiên, các tác động tâm lý và xã hội cũng có ảnh hưởng trong suốt cuộc sống giúp chúng ta giải quyết cái chết, cho dù đó là cái chết của chính mình hoặc cái chết của người khác. Khi chúng ta đi đến cuối cuộc hành trình đời sống thì chúng ta tìm hiểu cái chết thông qua sự tương tác giữa các tác động tâm lý, chẳng hạn như kỹ năng thích ứng và tìm hiểu cái chết về mặt trí năng và cảm xúc, và các tác động văn hóa xã hội được thể hiện trong truyền thống và nghi thức của từng xã hội cụ thể.

TÓM TẮT



Hấp hối và sự mất đi người thân

Định nghĩa và vấn đề đạo đức

• Cái chết là một khái niệm khó định nghĩa. Các nền văn hóa khác nhau đều có những ý nghĩa khác nhau về cái chết. Trong số các ý nghĩa trong nền văn hóa phương Tây là hình ảnh, số liệu thống kê, sự kiện, trạng thái tồn tại, phép loại suy, huyền bí, ranh giới, kẻ trộm ý nghĩa, cơ sở lo âu, phần thưởng hoặc hình phạt.

Định nghĩa pháp lý và Y học

• Trong nhiều thế kỷ, định nghĩa cái chết lâm sàng là tim không còn đập và không còn thở nữa. Hiện nay, chết não là định nghĩa được sử dụng phổ biến hơn, dựa trên một số tiêu chuẩn rất cụ thể bao gồm hoạt động của não và phản ứng đối với các kích thích cụ thể.

Vấn đề đạo đức

• Người ta phân biệt hai loại cái chết êm ái. Cái chết êm ái chủ động bao gồm sự kết thúc cuộc sống của người khác có cân nhắc như tháo bỏ hệ thống hỗ trợ sự sống. Tự tử với sự hỗ trợ của thầy thuốc là một vấn đề gây nhiều tranh cãi và tạo ra cái chết êm ái chủ động. Cái chết êm ái bị động là chấm dứt sự sống của người khác bằng cách ngăn cản một số loại can thiệp hoặc điều trị (chẳng hạn như ngưng cung cấp dưỡng chất). Điều cần thiết là người làm di chúc phải biết, thông qua giấy ủy quyền dài hạn hoặc di chúc khi còn tỉnh táo.



Ý kiến về cái chết sau khi sống một quãng đời

Thời thơ ấu

• Trẻ thường không hiểu hết sự vĩnh viễn, tính phổ biến và không có chức năng hoạt động trong cái chết cho đến khi đứa trẻ được 5 – 7 tuổi. Trẻ con chứng kiến cái chết lần đầu tiên có thể là cái chết của vật cưng. Người lớn phải thật kiên nhẫn, tránh dùng cách nói trại khi đề cập cái chết với trẻ con. Nếu được hỗ trợ thích hợp, trẻ con có khả năng tham dự đám tang và các nghi thức khác.

Tuổi vị thành niên

• Tuổi vị thành niên thường không đề cập về cái chết, mặc dù hiểu biết gần giống như hiểu biết của người lớn. Tuy nhiên, tuổi vị thành niên có suy nghĩ bất tử – một khuynh hướng cho rằng cái chết chỉ xảy ra ở người khác chứ không xảy ra đối với mình.

Đầu tuổi trưởng thành

• Những người ở đầu tuổi trưởng thành thường cho rằng bạn đồng tuổi của mình bị chết là để đánh đổi tương lai. Sự phát triển nhận thức thay đổi bao gồm suy nghĩ hậu chính thức có thể giúp kết hợp cảm giác và suy nghĩ về cái chết.

Tuổi trung niên

• Người lớn tuổi trung niên nhận biết rằng mình là người kế tiếp sẽ chết, thường vào thời điểm khi họ chứng kiến sự qua đời của bố mẹ. Đối với người lớn tuổi trung niên điều thường gặp là thay đổi nhận thức về thời gian từ thời lượng họ đã sống và thời lượng còn sống bao lâu nữa.

Cuối tuổi trưởng thành

• Người già ít quan tâm đến cái chết. Thậm chí họ còn mong cho mau chết vì nhiều lý do khác nhau, một phần là do sự có được tính toàn vẹn trong khuôn khổ của Erikson.



Quá trình hấp hối

Sợ chết

• Sợ chết là nỗi sợ phổ biến. Người lớn tuổi trung niên thường sợ chết nhiều nhất, người già ít sợ chết nhất.

Thuyết hấp hối giai đoạn

• Thuyết của Kübler-Ross bao gồm năm giai đoạn: phủ nhận, giận dữ, mặc cả, chán nản và chấp nhận. Người ta không nhất thiết phải trải qua hết năm giai đoạn hoặc trải qua các giai đoạn theo đúng thứ tự này. Sự khác biệt giữa các nền văn hóa cũng được tìm thấy.

Quan điểm thay thế

• Quan điểm thứ hai phát biểu rằng hấp hối xảy ra trong 3 phân đoạn: phân đoạn cấp tính, phân đoạn hấp hối – còn sống mãn tính, và phân đoạn cuối. Suy nghĩ và cảm xúc thay đổi tùy theo cá nhân đang ở trong phân đoạn cụ thể nào.

• Một số người xem quá trình hấp hối bao gồm 4 công việc quan trọng mà cá nhân phải thực hiện, bao gồm các vấn đề cơ thể, tâm lý, xã hội và tâm linh.

Hấp hối với chân giá trị: Nhà tế bần

• Nhà tế bần là tiếp cận chăm sóc bệnh nhân thời kỳ cuối tập trung vào việc làm giảm bớt đau đớn và an ủi bệnh nhân. Chăm sóc nhà tế bần khác với chăm sóc bệnh viện trong một số khía cạnh. Mục tiêu của nhà tế bần là phải duy trì chất lượng của sự sống và khống chế sự đau đớn ở bệnh nhân thời kỳ cuối. Khách hàng nhà tế bần về mặt tâm lý thường ổn định hơn bệnh nhân ở bệnh viện.

Quan điểm phát triển quãng đời về hấp hối

• Người già phải mất thời gian lâu hơn mới chết được và nhiều khả năng chết trong đơn độc hơn các nhóm bất kỳ khác. Sự khác biệt độ tuổi trong trạng thái hấp hối và trong định nghĩa xã hội về sự mất mát giúp làm sáng tỏ ý nghĩa của hấp hối.



Còn lại sự mất mát: quá trình đau buồn

Quá trình đau buồn

• Đau buồn là một quá trình chủ động thích ứng với sự mất mát. Bốn khía cạnh đau buồn phải đối mặt: thực tế của sự mất mát, xáo trộn cảm xúc, điều chỉnh để thích nghi với môi trường, và giảm bớt sự ràng buộc với người chết. Khi cái chết được nghĩ đến, người còn sống trải qua sự đau buồn trước kỳ hạn, cái chết không nghĩ đến thường khó giải quyết hơn.

Phản ứng đau buồn thông thường

• Giải quyết sự đau buồn, gọi là *hoạt động đau buồn,* thường phải mất ít nhất 1 – 2 năm. Đau buồn trong cả cái chết nghĩ đến lẫn cái chết không nghĩ đến đều mãnh liệt như nhau, nhưng có thể bắt đầu trước cái chết thực sự khi bệnh nhân mắc bệnh thời kỳ cuối. Phản ứng đau buồn thông thường bao gồm sự đau khổ, buồn rầu, phủ nhận, hoài nghi, cảm giác tội lỗi và phản ứng ngày giỗ.

• Theo nghĩa giải quyết sự đau buồn thông thường, người lớn tuổi trung niên có thời điểm khó khăn nhất. Những người thích ứng kém thường có thái độ tự trọng thấp trước khi người thân qua đời.

Phản ứng đau buồn bất thường

• Tự khiển trách mình và cảm giác tội lỗi thái quá là dấu hiệu thường gặp của sự đau buồn bất thường. Phản ứng đau buồn mãnh liệt làm giảm sút chức năng hoạt động bình thường trong hơn 2 năm sau sự mất mát thường được xem là bất thường.



Giải quyết các loại mất mát khác nhau

Cái chết của bố mẹ

• Cái chết của bố mẹ nhắc người ta nhớ về khả năng chết của chính mình và tước ở họ một người rất quan trọng trong cuộc sống. Sự chuyển tiếp sang thế hệ lớn tuổi nhất trong gia đình đôi khi là một sự chuyển tiếp khó khăn.

Cái chết của con cái

• Cái chết của con cái được cho là loại mất mát đau buồn nhất. Chết do sẩy thai, phá thai, sinh non, và chết trước khi sinh cũng rất đau buồn. Đối với hầu hết mọi người con mất là vi phạm trật tự tự nhiên của vạn vật, người ta cho rằng bố mẹ phải chết trước con.

Cái chết của người bạn đời

• Cái chết của người bạn đời là sự qua đời của người yêu cũng là người bạn đời. Vợ chồng có bạn đời mất thường xem cuộc hôn nhân của mình có ý nghĩa tích cực. Sự qua đời của bạn đời không làm giảm sút sức khỏe cơ thể đáng kể mặc dù gây nhiều căng thẳng về tâm lý.

So sánh các loại mất mát

• Người ta ít nghiên cứu so sánh các loại mất mát khác nhau. Những gì chúng ta biết cho thấy các bà mẹ có người thân mất thường có triệu chứng trầm cảm nhiều hơn những người góa chồng, người góa chồng có nhiều triệu chứng hơn con gái ở tuổi trưởng thành chết chồng.

TỪ KHÓA

chết lâm sàng

chết não

trạng thái thực vật dai dẳng

đạo đức Sinh học

cái chết êm ái

cái chết êm ái chủ động

cái chết êm ái bị động

sợ chết

nhà tế bần

sự mất đi người thân

đau buồn

đám tang

hoạt động đau buồn

phản ứng ngày giỗ

NẾU BẠN MUỐN TÌM HIỂU CHI TIẾT

Tài liệu tham khảo

ATTIG, T. (1996). How *we grieve: Relearning the world.* New York: Oxford University Press. Một quyển sách để đọc đưa ra một quan điểm khá mới về quá trình đau buồn qua lời giải thích trực tiếp.

KASTENBAUM, R. (1985). Death and dying: A life-span approach. Trong J. E. Birren và K. W. Schaie (chủ biên), *Handbook of the psychology of aging* (tái bản lần thứ hai, trang 619 – 643). New York: Van Nostrand Reinhold. Mức độ khó vừa, chương này trình bày tóm tắt tài liệu nghiên cứu. Được cho là đề cập đến các vấn đề và thuật ngữ bằng thái độ hiểu biết.

KONG, H., & JENS, W. (1995). *Dying with dignity: A plea for personal responsibility.* New York: Continuum. Một quyển sách rất hay, dễ đọc đề cập cái chết với chân giá trị. Quyển sách này khiến bạn phải suy nghĩ.

KUSHNER, H. S. (1981). *When bad things happen to good people.* New York: Schocken. Đây là quyển sách rất dễ đọc nhưng có nhiều nội dung cần phải suy nghĩ rất nhiều. Quyển sách này do một giáo sĩ Do Thái viết sau khi con trai ông mất.

NULAND, S. B. (1994). *How we die: Reflections on life's final chapter.* New York: Knopf. Đây là một quan điểm đề cập rất hay về những gì đang diễn ra khi người ta chết. Quyển sách này rất tuyệt trong việc phản đối những chuyện tưởng tượng về cái chết.

TAYLOR, N. *(1993).A necessary end.* New York: Nan A. Talese. Tác giả cho biết cách đối phó với cái chết của bố mẹ ra sao và tìm thấy ý nghĩa trong sự giải quyết này.



ĐIỂM QUA SỰ PHÁT TRIỂN:
TÓM TẮT BẰNG HÌNH ẢNH

Về già

Tác động Sinh học

Tuổi già đi kèm với nhiều thay đổi sinh lý, hầu hết liên quan đến sự giảm sút chức năng. Người già có nguy cơ mắc bệnh mãn tính cao hơn nhiều. Bệnh Alzheimer, trầm cảm, và rối loạn lo âu là những vấn đề quan trọng. Sự giảm sút hoạt động sinh hoạt hàng ngày đặc biệt phổ biến ở người rất già.



Liệu người ta có tự gọi mình là "nghỉ hưu" hay không, thay đổi trong các nhóm dân tộc.

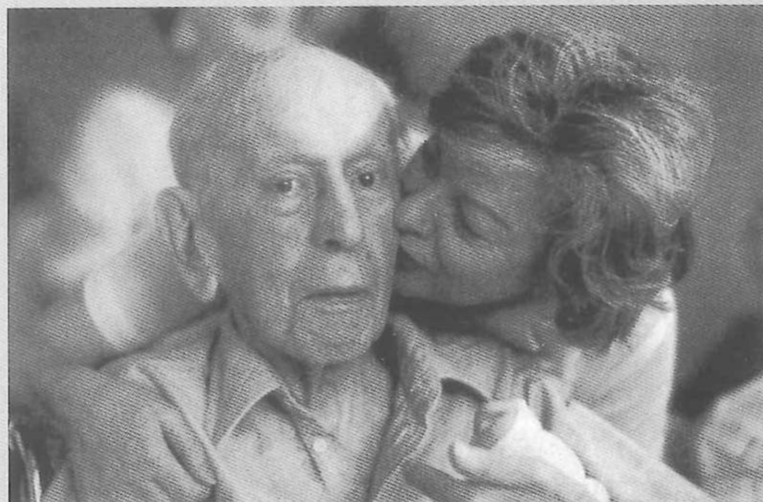
Tác động tâm lý

Một số khía cạnh hoạt động chức năng nhận thức giảm sút, nhưng một số liên quan đến trí nhớ bậc ba không giảm sút khi về già. Người già hưởng lợi từ sự can thiệp khi được định hướng vào các vấn đề cụ thể. Vấn đề tính toàn vẹn bản ngã và ôn lại cuộc đời làm lệch lạc sự phát triển nhân cách của người già. Hầu hết cá nhân nghỉ hưu đều hài lòng với cuộc sống của mình.

Tác động văn hóa xã hội

Quan điểm của xã hội đối với tuổi già trong các nước công nghiệp thường mang đặc điểm tiêu cực. Suy nghĩ rập khuôn về tuổi già có thể được kết hợp và dẫn đến những dự đoán tự thể hiện tiềm năng. Ngược đãi và bỏ bê người già là một vấn nạn quan trọng trong xã hội. Chăm sóc y tế và tài trợ nghỉ hưu là các vấn đề quan trọng về mặt chính trị.





Ngay cả những người mắc bệnh Alzheimer cũng hưởng lợi từ sự can thiệp tâm lý được thiết kế cẩn thận.



Khi về già người ta có còn khoẻ mạnh hay không là do cách sống họ chọn ở đầu tuổi trưởng thành.



Một số cái chết, như cái chết của công nương Diana năm 1997, đã làm cho nhiều người trong nhiều nền văn hóa phải đau buồn.

TỪ VỰNG

abusive relationship (mối quan hệ ngược đãi) khi một đối tác trong mối quan hệ có hành vi bạo hành hoặc gây hấn đối với người còn lại.

accommodation (sự thích nghi) theo Piaget, việc thay đổi hiểu biết hiện có trên cơ sở hiểu biết mới.

achievement status (trạng thái có được) trạng thái nhận dạng trong thuyết Marcia trong đó trẻ vị thành niên tìm hiểu các nhận dạng thay thế và hiện nay yên tâm trong nhận dạng đã chọn của mình.

active euthanasia (cái chết êm ái chủ động) kết thúc sự sống của người khác có cân nhắc.

activities of daily living (ADLs) (hoạt động sinh hoạt hàng ngày) các công việc tự chăm sóc chẳng hạn như ăn, tắm, đi vệ sinh, đi đứng hoặc mặc quần áo.

activity (hoạt động) khía cạnh tính khí được xác định bằng cường độ và sự mãnh liệt trong hoạt động của trẻ con.

adaptation level (cấp thích nghi) vùng nơi áp lực môi trường ở mức trung bình đối với cấp năng lực cụ thể.

addiction (sự nghiện) cơ thể lệ thuộc vào một chất gây nghiện cụ thể như rượu chẳng hạn.

adolescent egocentrism (tính tự đề cao mình ở trẻ vị thành niên) tiếp thu cái tôi là đặc điểm của trẻ vị thành niên khi tìm kiếm nhận dạng.

aerobic exercise (tập aerobic) bài tập thể dục gây sức ép vừa phải đối với tim bằng cách duy trì mạch đập ở khoảng 60 – 90% nhịp tim đập tối đa.

age discrimination (đối xử phân biệt độ tuổi) không giao công việc hoặc đề bạt người khác chỉ vì độ tuổi.

age-integrated housing (nhà ở tích hợp độ tuổi) nơi con người thuộc mọi độ tuổi sống chung và cùng tương tác.

age of viability (độ tuổi có khả năng sống) độ tuổi ở đó thai có thể sống vì hầu hết hệ thống cơ thể của thai hoạt động chức năng thích hợp, thường vào lúc 7 tháng sau khi thụ thai.

age-segregated housing (nhà ở phân biệt độ tuổi) nơi mọi cư dân cùng một độ tuổi.

agreeableness (tính dễ chịu) khía cạnh nhân cách đi kèm với sự chấp nhận, sẵn sàng làm việc chung với người khác và quan tâm.

alert inactivity (tính không hoạt động tỉnh táo) trạng thái trong đó trẻ sơ sinh thản nhiên mở to mắt, chú ý, trông có vẻ đứa trẻ đang tìm hiểu môi trường.

alienation (bị xa lánh) khi nhân viên cảm thấy việc mình đang làm là vô nghĩa, nỗ lực của mình bị xem thường hoặc khi không nhận thấy sự kết hợp giữa những gì mình làm với thành phẩm.

alleles (gien tương ứng) sự biến dạng của gien.

altruism (lòng vị tha) hành vi ủng hộ xã hội chẳng hạn như giúp đỡ và chia sẻ trong đó cá nhân không hưởng lợi trực tiếp từ hành vi của mình.

Alzheimer's disease (bệnh Alzheimer) bệnh đi kèm với tuổi già với đặc điểm sự giảm sút dần trong trí nhớ, tập quen, chú ý và đánh giá, nhầm lẫn về thời gian và địa điểm mình đang ở, khó giao tiếp và khó tìm được từ mình muốn sử dụng, giảm sút trong vệ sinh cá nhân và kỹ năng tự chăm sóc, hành vi xã hội không thích hợp, và thay đổi nhân cách.

amniocentesis (chọc màng ối qua bụng) kỹ thuật chẩn đoán trước khi sinh liên quan đến việc lấy mẫu nước ối trong bụng qua việc dùng ống tiêm.

amnion (màng ối) túi bên trong giữ trẻ đang phát triển.

amniotic fluid (nước ối) nước bọc quanh thai.

amyloid được tạo ra ở mức độ cao bất thường ở bệnh nhân Alzheimer, có thể là nguyên nhân tạo ra các mớ xơ vữa thần kinh và tấm thần kinh.

animism (thuyết Vật linh) cho vật vô tri giác có đời sống và các thuộc tính giống như đời sống chẳng hạn như cảm giác.

anniversary (phản ứng ngày giỗ) thay đổi trong hành vi liên quan đến cảm giác buồn vào ngày giỗ.

anorexia nervosa (chán ăn thần kinh) nhất quyết không chịu ăn, đi kèm là nỗi sợ thừa cân phi lý.

anoxia (thiếu oxy) thiếu oxy trong lúc sổ nhau, thường là do dây rốn bị kẹp chặt hoặc bị xoắn trong lúc sổ nhau.

anxiety disorders (rối loạn lo âu) rối loạn như cảm giác vô cùng lo âu không rõ lý do, các chứng sợ vật hoặc địa điểm cụ thể, và rối loạn ép buộc ám ảnh trong đó suy nghĩ hoặc hoạt động được thực hiện lặp đi lặp lại.

appraise (đánh giá) đánh giá một tình huống để xem có quá mức tiềm lực của một người hay không, do đó có gây căng thẳng hay không.

assimilation (sự đồng hóa) theo Piaget, chọn thông tin tương thích với thông tin mà mình đã biết.

assortative mating (kết bạn chọn lọc) thuyết kết bạn phát biểu rằng con người tìm bạn đời dựa trên sự tương đồng của họ với nhau.

attachment (quyến luyến) mối quan hệ cảm xúc – xã hội kéo dài giữa trẻ tuổi ẵm ngửa và người chăm sóc.

attentional processes (quá trình chú ý) quá trình xác định thông tin nào sẽ được cá nhân xử lý chi tiết.

authoritarian parents (bố mẹ độc đoán) bố mẹ thể hiện mức độ kiểm soát cao và tình cảm mức độ thấp đối với con cái.

authoritative parents (bố mẹ quyền uy) bố mẹ sử dụng lượng kiểm soát vừa phải, đối xử với con tình cảm và đáp ứng nhu cầu của con.

autosomes (thể thường nhiễm sắc) 22 cặp nhiễm sắc thể đầu tiên.

average life expectancy (tuổi thọ trung bình) độ tuổi ở đó một nửa số người sinh ra trong một năm cụ thể chết.

avoidant attachment (quyến luyến né tránh) mối quan hệ trong đó trẻ con ở tuổi ẵm ngửa ngoảnh mặt không nhìn mẹ khi mẹ con đoàn tụ sau thời gian chia tay ngắn.

axon (sợi trục) cấu trúc giống hình ống phát xuất từ thể tế bào và truyền thông tin sang tế bào thần kinh khác

babbling (tiếng bi bô) âm thanh giống như lời nói bao gồm các kết hợp nguyên âm – phụ âm.

basal metabolic rate (mức độ chuyển hóa cơ bản) là mức độ cơ thể tiêu thụ calo.

basic cry (tiếng khóc cơ bản) tiếng khóc bắt đầu thật khẽ và dần dần trở nên căng thẳng hơn, khi đứa trẻ mệt hoặc đói.

basic emotions (cảm xúc cơ bản) cảm xúc ở con người bao gồm 3 yếu tố: cảm giác chủ quan, thay đổi sinh lý và hành vi công khai.

battered woman syndrome (hội chứng phụ nữ bị đánh đập) tình huống trong đó một phụ nữ cho rằng mình không thể thoát khỏi tình trạng ngược đãi.

behavior therapy (liệu pháp hành vi) tiếp cận điều trị trầm cảm dựa trên sự gia tăng số lượng phần thưởng hoặc củng cố trong môi trường.

bioethics (đạo đức sinh học) nghiên cứu giao diện giữa giá trị của con người và tiến bộ công nghệ trong khoa học y tế và đời sống.

biological forces (tác động Sinh học) tất cả yếu tố liên quan di truyền và sức khỏe ảnh hưởng đến sự phát triển.

biopsychosocial framework (khuôn khổ Tâm sinh học xã hội) quan điểm kết hợp các tác động Sinh học, tâm lý, văn hóa xã hội và chu kỳ đời sống đối với sự phát triển.

blended family (gia đình hỗn hợp) gia đình bao gồm một bố mẹ đẻ, một bố mẹ nuôi và con.

brain death (chết não) định nghĩa cái chết được chấp nhận phổ biến nhất, tim ngừng đập, ngừng thở, ngừng phản ứng, không phản xạ và não không còn hoạt động.

bulimia nervosa (cuồng thực thần kinh) căn bệnh trong dó người ta luân phiên giữa việc chè chén say sưa – giai đoạn ăn không khảo sát – và xổ bằng cách uống thuốc nhuận trường và tự mình làm cho nôn.

burnout (kiệt sức) cạn kiệt sức lực và động cơ thúc đẩy của cá nhân.

cardinality principle (nguyên tắc đếm cơ bản) nguyên tắc đếm cho rằng tên con số sau cùng biểu thị số lượng đồ vật đang đếm.

career plateauing (dậm chân tại chỗ trong nghề nghiệp) hoặc thiếu cơ hội thăng tiến trong cơ quan hoặc cá nhân quyết định không tìm kiếm sự thăng tiến.

cell body (thể tế bào) tâm tế bào thần kinh duy trì sự sống của tế bào thần kinh.

cellular theories (thuyết Tế bào) thuyết về lão hóa tập trung nghiên cứu các quá trình diễn ra trong tế bào riêng lẻ là nguyên nhân hình thành các chất độc hại trong quãng đời của cá nhân.

centrality (tính trung tâm) ý nghĩa được rút ra khi việc làm ông bà là điều quan trọng nhất trong cuộc đời của ông bà.

cephalocaudal principle (nguyên tắc đầu đuôi) nguyên tắc cho rằng sự phát triển trước tiên ở phần đầu rồi sau đó xuống cột sống.

cerebral cortex (vỏ não) bề mặt nhăn nhúm của não điều tiết nhiều chức năng chỉ có ở con người.

cerebral vascular accidents xem strokes.

chorionic villus sampling (lấy mẫu nhung mao màng đệm) kỹ thuật chẩn đoán trước khi sinh bao gồm việc lấy mẫu mô từ màng đệm.

chromosomes (nhiễm sắc thể) cấu trúc như sợi chỉ trong nhân tinh trùng và trứng có chất di truyền.

chronic obstructive pulmonary disease (COPD) (bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính) hình thức thường gặp nhất của bệnh phổi tắc nghẽn ở người già như hen suyễn và emphysema.

circadian rhythm (nhịp ngày đêm) chu kỳ thức – ngủ.

climacteric (thời kỳ tắc dục) không còn khả năng sinh con, thường bắt đầu ở độ tuổi 40 và kết thúc ở độ tuổi 50 hoặc 55.

clinical death (chết lâm sàng) cái chết được xác định bằng cách tim ngừng đập và ngừng thở.

clique (bọn) nhóm bạn ít người giống nhau về độ tuổi, phái, và chủng tộc.

codominance (tính đồng trội) tình huống trong đó một gien tương ứng hoàn toàn không vượt trội lẫn nhau.

cognitive therapy (liệu pháp nhận thức) tiếp cận trầm cảm dựa trên quan điểm cho rằng suy nghĩ hoặc nhận thức thích nghi kém về bản thân là nguyên nhân gây ra trầm cảm.

cohabitation (chung sống với nhau như vợ chồng) từ hai người lớn không bà con với nhau sống chung.

cohort effects (ảnh hưởng tụ tập) sự khác nhau giữa cá nhân do kinh nghiệm và hoàn cảnh đặc biệt đối với một thế hệ cụ thể của một người.

comparable worth (giá trị so sánh) đánh đồng tiền lương trong nghề nghiệp được xác định quan trọng như nhau nhưng khác nhau theo nghĩa sự phân bố giới tính trong nghề nghiệp.

competence (năng lực) giới hạn trên trong khả năng hoạt động chức năng của một người trong năm lĩnh vực: sức khỏe cơ thể, kỹ năng nhận thức – nhận cảm, kỹ năng vận động, kỹ năng nhận thức, và sức mạnh bản ngã.

complex emotions (cảm xúc phức tạp) cảm xúc có thành phần đánh giá cái tôi.

cones (nón) tế bào thần kinh chuyên môn hóa nằm phía sau mắt nhận biết màu sắc.

conscientiousness (ngay thẳng) khía cạnh nhân cách đi kèm với làm việc chăm chỉ, tham vọng, có nghị lực, thận trọng, và kiên nhẫn.

continuity theory (thuyết liên tục) quan điểm cho rằng con người thường thích ứng với đời sống hàng ngày vào cuối tuổi trưởng thành về cơ bản giống như cách họ thích ứng vào những giai đoạn đầu của cuộc đời.

continuity–discontinuity issue (vấn đề liên tục – gián đoạn) vấn đề liên quan đến việc một hiện tượng phát triển có tiếp theo sau sự phát triển êm ả trong suốt quãng đời hay là một chuỗi các thay đổi đột ngột.

conventional level (cấp qui ước) cấp thứ hai trong lập luận trong thuyết của Kohlberg, lập luận đạo đức dựa trên tiêu chuẩn của xã hội.

convergent thinking (suy nghĩ hội tụ) sử dụng thông tin để đi đến một câu trả lời tiêu chuẩn, chính xác.

cooing (tiếng gù gù) âm thanh đầu tiên giống như nguyên âm của trẻ.

cooperative play (trò chơi hợp tác) trò chơi được sắp xếp quanh một chủ đề, mỗi đứa trẻ đảm nhận một vai trò khác nhau, bắt đầu lúc 2 tuổi.

coping (thích ứng) nỗ lực đối phó với căng thẳng.

corpus callosum (thể chai) bó tế bào thần kinh dày nối liền hai bán cầu.

correlation coefficient (hệ số tương quan) số liệu thống kê cho thấy sức mạnh và hướng phát triển của quan hệ giữa hai biến số.

correlational study (nghiên cứu tương quan) nghiên cứu tìm hiểu quan hệ giữa các biến số khi chúng tồn tại tự nhiên trên thế giới.

cross–linking (liên kết chéo) thuyết Lão hóa trong đó một số protein tương tác

ngẫu nhiên với một số mô cơ thể như cơ và động mạch.

cross-sectional study (nghiên cứu cắt ngang) thiết kế nghiên cứu so sánh con người thuộc nhiều độ tuổi khác nhau trong cùng một thời điểm.

crowd (đám đông) nhóm đông người gồm nhiều bọn có thái độ và giá trị giống nhau.

crowning (chóp đầu xuất hiện) chóp đầu của trẻ con hiện ra trong khi rặn đẻ.

crying (khóc) trạng thái trong đó đứa trẻ khóc dữ dội, thường đi kèm với cử động không kết hợp nhưng bối rối.

crystallization (sự kết tinh) giai đoạn đầu tiên trong thuyết phát triển nghề nghiệp của Super, trong đó trẻ vị thành niên sử dụng nhận dạng mới có của mình để tìm hiểu khái niệm về nghề nghiệp.

crystallized intelligence (trí năng kết tinh) kiến thức có được qua kinh nghiệm và giáo dục trong một nền văn hóa cụ thể.

cultural conservator (bảo tồn văn hóa) thân thế của ông bà có cháu sống chung tìm hiểu theo cách bản xứ.

culture-fair intelligence tests (trắc nghiệm trí năng công bằng văn hóa) trắc nghiệm trí năng sử dụng các hạng mục chung trong nhiều nền văn hóa.

date (acquaintance) rape (hiếp dâm hẹn hò) khi một người bị buộc và phải giao hợp với người mà họ quen.

death anxiety (sợ chết) ám chỉ thực tế con người có suy nghĩ không dễ chịu về cái chết của chính mình.

deductive reasoning (lập luận suy diễn) rút kết luận từ thực tế, đặc điểm của suy nghĩ hoạt động chính thức.

dementia (mất trí) họ bệnh bao gồm sự giảm sút nghiêm trọng chức năng hành vi và nhận thức.

demographers (nhà Nhân khẩu học) người nghiên cứu xu hướng dân số.

dendrite (đọt nhánh) đầu cuối của tế bào thần kinh tiếp nhận thông tin, trông giống như cây có nhiều nhánh.

deoxyribonucleic acid (DNA) (axit deoxyribonucleic – ADN) phân tử gồm bốn gốc nucleotide vốn là cơ sở di truyền sinh hóa. **dependent variable** (biến số phụ thuộc) hành vi được quan sát thấy sau khi khai thác các biến số khác.

depression (trầm cảm) rối loạn mang đặc điểm cảm giác buồn bã, cáu kỉnh, thái độ tự trọng thấp.

differentiation (sự phân biệt) sự phân biệt và hiểu rõ cử động.

diffusion status (trạng thái phân biệt) trạng thái nhận dạng trong thuyết của Marcia trong đó trẻ vị thành niên không có nhận dạng và không làm gì để có một nhận dạng.

disorganized (disoriented) attachment (quyến luyến mất định hướng) mối quan hệ trong đó trẻ con ở tuổi ẫm ngửa trông không có vẻ hiểu những gì đang xảy ra khi đứa trẻ bị tách khỏi mẹ và sau đó gặp lại mẹ.

dispositional praise (lời khen tố chất) lời khen kết hợp hành vi vị tha của trẻ con với tố chất vị tha cơ bản.

divergent thinking (suy nghĩ phân kỳ) suy nghĩ theo hướng mới lạ, đặc biệt.

divided attention (phân chia chú ý) cùng lúc thực hiện nhiều công việc.

dizygotic twins (trẻ song sinh lưỡng hợp tử) kết quả hai trứng riêng biệt được hai tinh trùng làm cho thụ tinh còn gọi là trẻ song sinh hai trứng.

docility (tính dễ bảo) khi người ta chấp nhận tình huống ra mệnh lệnh phải có tùy chọn nào.

dominance hierarchy (hệ thống thứ bậc vượt trội) thứ tự của cá nhân trong

một nhóm trong đó thành viên trong nhóm có thân thế thấp hơn phải làm theo thành viên có thân thế cao hơn.

dominant (tính trội) hình thức gien tương ứng có hướng dẫn hóa học tiếp theo sau.

dream (giấc mơ) khi liên quan đến sự phát triển nghề nghiệp, sự hình dung về nghề nghiệp.

dysphoria (tình trạng cảm thấy khó chịu) cảm thấy buồn hoặc chán nản, triệu chứng trầm cảm nổi bật nhất.

ecological theory (thuyết Sinh thái học) quan điểm cho rằng sự phát triển của con người không nên tách khỏi bối cảnh môi trường diễn ra sự phát triển.

ectoderm (ngoại bì) lớp ngoài của phôi sẽ phát triển thành tóc, lớp ngoài của da và hệ thần kinh.

ego (bản ngã) theo Freud, thành phần duy lý của nhân cách, phát triển trong vài năm đầu đời.

egocentrism (thuyết Tự đề cao mình) khó nhận xét về thế giới từ quan điểm của người khác, điển hình ở trẻ con thuộc giai đoạn tiền hoạt động.

ego resilience (tính đàn hồi bản ngã) Tiềm năng về nhân cách rất mạnh giúp con người có khả năng giải quyết ở tuổi trung niên.

electroencephalogram (EEG) (điện não đồ – EEG) mẫu sóng não được ghi lại từ nhiều điện cực gắn vào da đầu.

embryo (phôi) từ để gọi hợp tử một khi hợp tử được gắn vào thành tử cung.

emotionality (tính cảm xúc) khía cạnh tính khí ám chỉ sức mạnh trong phản ứng cảm xúc của trẻ con ở tuổi ẵm ngửa đối với một tình huống, phản ứng được gợi ra với sự dễ chịu và đứa trẻ có thể dễ dàng trở lại trạng thái không cảm xúc.

empathy (sự thấu cảm) trải qua cảm xúc của người khác.

encapsulated (tóm lược) kết quả quá trình suy nghĩ kết hợp với sản phẩm suy nghĩ.

endoderm (nội phôi bì) lớp bên trong của phôi, sẽ phát triển thành phổi và hệ tiêu hóa.

environmental press (áp lực môi trường) số lượng và loại yêu cầu tự nhiên, giữa cá nhân với nhau, hoặc xã hội mà môi trường đòi hỏi ở con người.

epigenetic principle (nguyên tắc biểu sinh) quan điểm trong thuyết của Erikson cho rằng mỗi giai đoạn tâm lý xã hội đều có một thời kỳ quan trọng của riêng mình.

equilibration (sự cân bằng) theo Piaget, một quá trình qua đó trẻ con sắp xếp lại sơ đồ của mình để trở về trạng thái quân bình khi sự mất quân bình đang diễn ra.

estrogen–related symptoms (triệu chứng liên quan kích tố động dục) triệu chứng đi kèm với thời kỳ tắc dục và thời kỳ mãn kinh, bao gồm các đợt đỏ bừng nóng ran, ra mồ hôi trộn, âm đạo khô, rỉ nước tiểu do kích tố động dục giảm.

ethology (Tập tính học) ngành Sinh học tìm hiểu hành vi thích nghi vốn là đặc điểm của nhiều chủng loài khác nhau.

eugenics (ưu sinh học) nỗ lực cải thiện giống người bằng cách chỉ cho những người có đặc điểm được xã hội cho là có giá trị kết bạn, giao phối và truyền gien của mình.

euthanasia (cái chết êm ái) thông lệ chấm dứt sự sống vì lý do nhân đạo.

exchange theory (lý thuyết trao đổi) quan điểm cho rằng hôn nhân trên cơ sở mỗi bên đóng góp một điều gì đó cho mối quan hệ mà bên kia không thể cung cấp được.

exosystem (hệ thống ngoại) theo Bronfenbrenner, bối cảnh xã hội ảnh

hưởng đến sự phát triển của con người cho dù người ấy chưa trải qua bối cảnh ấy trực tiếp.

experiment (thử nghiệm) cách khai thác các yếu tố có hệ thống mà một nhà nghiên cứu cho rằng là nguyên nhân dẫn đến một hành vi cụ thể.

explicit memory (trí nhớ hiện) nhớ lại thông tin có ý thức và cố tình.

expressive style (kiểu diễn đạt) kiểu tập quen ngôn ngữ mô tả trẻ con có vốn từ bao gồm nhiều nhóm từ xã hội thường được sử dụng như một từ.

extended family (gia đình mở rộng) gia đình trong đó ông bà và những người trong đó sống chung với bố mẹ và con cái.

external aids (hỗ trợ bên ngoài) hỗ trợ nhớ dựa vào tiềm năng môi trường như vở hoặc lịch.

extraversion (tính hướng ngoại) khía cạnh nhân cách trong đó cá nhân phát triển tương tác xã hội, thích trò chuyện, đảm nhận trách nhiệm, thích luôn bận rộn, sẵn sàng bày tỏ ý kiến và cảm nghĩ, trông có vẻ nghị lực bất tận, thích môi trường thử thách, kích thích.

extremely low birth weight (trọng lượng sinh cực thấp) trẻ sơ sinh cân nặng chưa đến 1.000 gam (2 cân Anh).

familial mental retardation (giảm thiểu trí năng gia đình) hình thức giảm thiểu trí năng không phải do thương tổn Sinh học mà là thể hiện đầu thấp trong sự phân bố trí năng bình thường.

family life cycle (chu kỳ đời sống gia đình) một loạt các thay đổi có thể dự đoán tương đối mà gia đình trải qua.

fast mapping (phác họa nhanh) vấn đề trẻ con có thể kết hợp giữa từ mới và vật ám chỉ nhanh đến mức đứa trẻ không nghĩ đến tất cả nghĩa có thể.

fetal alcohol syndrome (hội chứng thai tử vong do rượu) rối loạn ảnh hưởng đến trẻ khi mẹ uống nhiều rượu trong khi mang thai.

fetal medicine (điều trị thai) lĩnh vực y học chuyên điều trị rối loạn ở thai trước khi sinh.

fictive grandparenting (kiểu làm ông bà tưởng tượng) kiểu cho phép người lớn lấp vào để thay thế ông bà đẻ thiếu hoặc đã chết, về mặt chức năng hình thành vai trò ông bà thay thế.

filial obligation (bổn phận làm con) ý thức trách nhiệm chăm sóc bố mẹ khi cần thiết.

fine-motor skills (kỹ năng vận động tinh vi) kỹ năng vận động kết hợp với nắm, cầm và sử dụng đồ vật.

fluid intelligence (trí năng linh động) khả năng chẳng hạn như suy nghĩ theo cách linh động, thích nghi, suy luận và tìm hiểu quan hệ giữa các khái niệm.

foreclosure status (tình trạng thủ tiêu) tình trạng nhận dạng trong thuyết của Marcia trong đó trẻ vị thành niên có một nhận dạng được chọn dựa theo lời khuyên của người lớn, chứ không phải nhận dạng do cá nhân tìm hiểu các nhận dạng thay thế.

frail older adults (người già suy nhược) người già bị bất lực cơ thể, rất yếu, có thể bị rối loạn tâm lý hoặc nhận thức.

free radicals (gốc cơ bản) hóa chất được tạo ra ngẫu nhiên trong sự chuyển hóa tế bào bình thường dễ kết hợp với các chất khác bên trong tế bào, có thể là nguyên nhân gây tổn thương ở tế bào đi kèm với sự lão hóa.

free recall (nhớ lại tự do) công việc nhớ trong đó người ta báo cáo mọi thứ mà mình có thể nhớ về nội dung vừa học.

frontal cortex (vỏ não trước) vùng não điều tiết nhân cách và hành vi định hướng mục tiêu.

gender constancy (tính không đổi giới tính) hiểu biết rằng nữ tính và nam

tính không thay đổi qua tình huống hoặc ý muốn cá nhân. **gender identity** (nhận dạng giới tính) ý thức bản thân là nam hay nữ.

gender labeling (gọi tên giới tính) hiểu biết của trẻ con còn nhỏ rằng mình là con trai hoặc con gái và tự gọi mình phù hợp.

gender–schema theory (thuyết Sơ đồ giới tính) thuyết phát biểu rằng đầu tiên trẻ con xác định liệu một vật, hành động, hoặc hành vi là nam tính hoặc nữ tính, sau đó sử dụng thông tin này để xác định mình có cần tìm hiểu thêm về vật, hành động hoặc hành vi hay không.

gender stability (tính ổn định) hiểu biết ở trẻ con trước độ tuổi đến trường rằng con trai trở thành đàn ông, con gái trở thành đàn bà.

gender stereotype (suy nghĩ rập khuôn giới tính) suy nghĩ và hình ảnh về nam và nữ không hẳn là đúng.

gene (gien) nhóm gốc nucleotide cung cấp một tập hợp hướng dẫn sinh hóa cụ thể.

generativity (khả năng sản xuất) theo Erikson, có khả năng sản xuất bằng cách giúp người khác bảo đảm tính liên tục của xã hội bằng cách hướng dẫn thế hệ kế tiếp.

genotype (kiểu gien) kiểu cấu thành di truyền của con người.

germ disc (đĩa mầm) đám tế bào nhỏ gần tâm hợp tử sau cùng phát triển thành đứa trẻ.

glass ceiling (đề bạt đụng trần) mức độ ở đó phụ nữ và các dân tộc thiểu số thăng tiến trong một công ty nhưng không thể vượt khỏi mức đó.

grammatical morphemes (hình vị ngữ pháp) từ hoặc phần cuối của từ tạo thành câu đúng ngữ pháp.

grief (đau buồn) buồn rầu, tổn thương, giận dữ, bối rối, và những cảm xúc khác phát sinh sau khi người thân qua đời.

grief work (hoạt động đau buồn) khía cạnh tâm lý trong việc đối phó với sự mất đi người thân.

habituation (sự quen thuộc) trở nên không phản ứng trước một kích thích được lặp đi lặp lại.

hassles (rắc rối) sự kiện hàng ngày làm người ta khó chịu, bực mình.

hemispheres (bán cầu) bán cầu trái và bán cầu phải của vỏ não.

hemorrhage (xuất huyết) một mạch máu bất kỳ bị vỡ dẫn đến sự mất máu.

heterocyclic antidepressants (HCAs) (thuốc chống trầm cảm heterocyclic) loại thuốc dùng để trị trầm cảm.

heterozygous (dị hợp tử) khi các gien tương ứng khác nhau.

high–density lipoproteins (HDLs) (lipoprotein tỉ trọng cao) lipoprotein giúp làm thông động mạch.

homogamy (sự đồng giao) sự giống nhau về giá trị và quan tâm.

homozygous (đồng hợp tử) khi các nhiễm sắc thể trong một đôi giống nhau.

hope (hy vọng) theo Erikson, sự mở rộng kinh nghiệm mới được tôi luyện bằng sự cảnh giác có được khi tin cậy và hoài nghi cân bằng.

hormone replacement theory (thuyết Thay thế nội tiết tố) điều trị các triệu chứng đi kèm với thời kỳ cách dục trong đó phụ nữ dùng kích tố động dục và kích tố tính dục ở liều thấp.

hospice (nhà tế bần) phong trào cung cấp một môi trường hỗ trợ người đang hấp hối bằng cách cho gia đình tham gia chăm sóc và bằng việc hỗ trợ của giới chuyên môn trong thời điểm vô cùng căng thẳng này.

human development (sự phát triển con người) một ngành khoa học gồm nhiều môn nghiên cứu con người thay đổi ra sao và họ vẫn giữ nguyên như thế nào.

Huntington's disease (bệnh Hungtington) loại mất trí tuần tiến, gây tử vong.

id (xung động bản năng) theo Freud, yếu tố nhân cách muốn ban thưởng trực tiếp nhu cầu của cơ thể, đã có lúc mới sinh.

imaginary audience (khán giả tưởng tượng) suy nghĩ của trẻ vị thành niên rằng hành vi của mình luôn được bạn đồng tuổi quan sát. **imitation (observational learning)** (bắt chước – tập quen quan sát) tập quen xảy ra bằng cách quan sát những người xung quanh.

immortality through clan (tính bất tử qua thị tộc) ý nghĩa được rút ra từ tư cách làm ông bà khi ông bà hãnh diện trước thực tế tiếp theo sau mình không phải là một mà là hai thế hệ.

implantation (cấy) bước trong đó hợp tử đào rãnh trong thành tử cung và xác lập sự kết hợp với các mạch máu của phụ nữ.

implementation (sự thực hiện) phân đoạn thứ ba trong tuổi trưởng thành phát triển nghề nghiệp của Super, trong đó cá nhân lúc này tham gia lực lượng lao động.

implicit memory (trí nhớ ẩn) sự nhớ lại thông tin không cần gắng sức.

incontinence (sự không kìm được) mất kiểm soát bàng quang hoặc ruột.

independent variable (biến số độc lập) yếu tố mà các nhà nghiên cứu sử dụng trong một thí nghiệm.

index offense (phạm tội chỉ số) hành động phi pháp bất kể độ tuổi của thủ phạm.

indifferent–uninvolved parents (bố mẹ dửng dưng – không quan tâm) bố mẹ không dành tình cảm nồng nàn cũng như kiểm soát và cố giảm thiểu thời gian ở bên con.

indulgence (sự nuông chìu) ý nghĩa rút ra khi ông bà làm hư cháu mình.

indulgent–permissive parents (bố mẹ nuông chìu thoải mái) bố mẹ dành nhiều tình cảm và quan tâm nhưng ít kiểm soát con cái.

infant–directed speech (lời nói với trẻ) cách nói trong đó người lớn nói chậm, với những thay đổi nhấn mạnh trong âm sắc và âm lượng.

infantilization (trẻ con hóa) cách nói chuyện với cư dân trong nhà dưỡng lão sử dụng tên khi không thích hợp, dùng từ âu yếm, cách diễn đạt đơn giản thái quá, câu mệnh lệnh cộc lốc, nghĩ rằng cư dân nhà dưỡng lão không có trí nhớ, và phải chìu theo.

information–processing theory (thuyết Xử lý thông tin) quan điểm cho rằng nhận thức của con người bao gồm phần cứng trí tuệ và phần mềm trí tuệ.

insecure attachment (quyến luyến không yên tâm) mối quan hệ trong đó trẻ con ở tuổi ẵm ngửa hành động như thể không nhận biết mẹ là người phải lệ thuộc.

instrumental activities of daily living (IADLs) (hoạt động công cụ sinh hoạt hàng ngày) hành động đòi hỏi một số năng lực và kế hoạch tâm lý như nấu ăn và giặt giũ.

instrumental orientation (định hướng công cụ) đặc điểm trong Giai đoạn 2 của Kohlberg trong đó lập luận đạo đức dựa trên mục đích tìm kiếm nhu cầu của chính mình.

integration (sự kết hợp) liên kết những cử động riêng biệt thành tổng thể mạch lạc, có phối hợp.

integrity versus despair (tính toàn vẹn so với thất vọng) theo Erikson, cuộc đấu tranh diễn ra khi người già cố gắng kết hợp quan điểm về tương lai của gia đình và cộng đồng vào cuộc sống của mình.

intelligence quotient (chỉ số thông minh) thể hiện bằng Toán học về cách

một người ghi điểm trắc nghiệm trí năng so với điểm số của người khác cùng độ tuổi.

interindividual variability (tính khả biến giữa cá nhân với nhau) mẫu thay đổi trong một lĩnh vực (chẳng hạn trí năng) khác nhau đối với nhiều người khác nhau.

intermediate care (chăm sóc trung cấp) cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc 24/24 nhưng không bao gồm điều dưỡng kỹ năng hồi sức.

internal aids (hỗ trợ bên trong) hỗ trợ nhớ chỉ dựa vào các quá trình suy nghĩ chẳng hạn như hình ảnh tưởng tượng.

internal belief systems (hệ thống niềm tin bên trong) những gì người ta tự nhủ tại sao một sự việc nào đó đang diễn ra.

internal working model (mô hình hoạt động bên trong) hiểu biết của trẻ con ở tuổi ẵm ngửa về cách đáp ứng và phải lệ thuộc vào mẹ, suy nghĩ ảnh hưởng đến mối quan hệ thân mật trong suốt cuộc đời của đứa trẻ.

interpersonal norms (tiêu chuẩn giữa cá nhân với nhau) đặc điểm của Giai đoạn 3 của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức dựa trên việc tranh thủ sự đồng ý của người khác.

intimacy versus isolation (tính thân mật so với cô lập) theo Erikson, mâu thuẫn tâm lý xã hội ở đầu tuổi trưởng thành.

intonation (ngữ điệu) mẫu âm sắc cao thấp trong tiếng bi bô của trẻ ở khoảng 7 tháng tuổi.

in vitro fertilization (thụ tinh trong ống nghiệm) quá trình qua đó tinh trùng và trứng được để chung trong đĩa petri để tạo ra hợp tử, sau đó cấy hợp tử vào tử cung phụ nữ.

job satisfaction (sự hài lòng với công việc) suy nghĩ tốt từ sự đánh giá tích cực công việc của mình đang làm.

joint custody (giám hộ chung) tiếp theo sau ly hôn, cả hai bố mẹ được quyền nuôi con của mình một cách hợp pháp.

juvenile delinquency (sự phạm pháp ở trẻ vị thành niên) khi trẻ vị thành niên phạm phải hành động phi pháp mang tính phá hủy đối với bản thân hoặc người khác.

kinkeepers (người duy trì liên lạc trong dòng họ) người tập hợp gia đình trong các lễ kỉ niệm và giúp các thành viên trong gia đình liên lạc với nhau.

learned helplessness (bất lực tập quen) suy nghĩ cho rằng người ta luôn phó mặt cho sự kiện bên ngoài và không có sự kiểm soát nào đối với vận mệnh của chính mình.

learning disability (bất lực tập quen) khi đứa trẻ có trí năng bình thường gặp khó khăn trong việc hiểu rõ ít nhất một môn học.

leisure (giải trí) hoạt động nhiệm ý bao gồm thư giãn đơn thuần, hoạt động hưởng thụ, theo đuổi sáng tạo và siêu nghiệm nhận cảm.

life-cycle forces (tác động chu kỳ đời sống) sự khác biệt trong cách cùng một sự kiện nhưng ảnh hưởng đến nhiều người thuộc nhiều độ tuổi khác nhau.

life review (ôn lại cuộc đời) quá trình hồi tưởng lại cuộc đời của chính mình.

life-span construct (cấu trúc quãng đời) ý thức hợp nhất về quá khứ, hiện tại và tương lai dựa trên kinh nghiệm của mình và đầu vào từ người khác.

life-span perspective (quan điểm quãng đời) quan điểm cho rằng sự phát triển được xác định bởi nhiều yếu tố sinh học, tâm lý và xã hội, và tất cả các bộ phận trong quãng đời có sự tương quan lẫn nhau.

life story (câu chuyện cuộc đời) biểu hiện thứ hai của cấu trúc quãng đời, thể tường

thuật cá nhân sắp xếp các sự kiện quá khứ thành một chuỗi mạch lạc.

locomotion (tính vận động) khả năng di chuyển khắp thế giới.

long–term memory (trí nhớ dài hạn) kho chứa trí nhớ vĩnh viễn có dung lượng vô hạn.

longevity (tuổi thọ) số năm một người sống được.

longitudinal study (nghiên cứu theo chiều dọc) thiết kế nghiên cứu trong đó một tụ tập duy nhất được nghiên cứu với nhiều cách đánh giá khác nhau.

low birth weight (trọng lượng sinh thấp) trẻ sơ sinh sinh ra chưa được 2.500g (5 cân Anh).

low density lipoproteins (LDLs) (lipoprotein tỉ trọng thấp) lipoprotein là nguyên nhân làm cho axit béo tích tụ trong động mạch, cản trở dòng máu chảy.

macrosystem (hệ thống vĩ mô) theo Bronfen-brenner, bối cảnh văn hóa và văn hóa phụ trong đó hệ thống vi mô, hệ thống giữa và hệ thống ngoại được bao gồm.

mad cry (tiếng khóc mê muội) phiên bản mãnh liệt hơn của tiếng khóc cơ bản.

masturbation (sự thủ dâm) sự tự kích thích cơ quan sinh dục, là cách mà trẻ vị thành niên lần đầu tiên có cảm giác hoạt động tình dục.

maximum life expectancy (tuổi thọ tối đa) độ tuổi già nhất mà một người bất kỳ có thể sống tới.

menarche (bắt đầu hành kinh) sự bắt đầu hành kinh.

menopause (thời kỳ mãn kinh) chấm dứt hành kinh.

mental age (độ tuổi suy nghĩ) trong trắc nghiệm trí năng, cách đánh giá hoạt động của trẻ con tương ứng với độ tuổi niên đại của số trẻ con có hoạt động ngang bằng với đứa trẻ được trắc nghiệm.

mental hardware (phần cứng trí tuệ) cấu trúc suy nghĩ và thần kinh có sẵn giúp cho trí tuệ hoạt động.

mental software (phần mềm trí tuệ) "chương trình" suy nghĩ là cơ sở trong việc thực hiện các công việc cụ thể.

mental operations (hoạt động suy nghĩ) hoạt động nhận thức có thể thực hiện đối với vật hoặc khái niệm.

mesoderm (trung bì) lớp giữa của phôi, sau này phát triển thành cơ, xương và hệ tuần hoàn.

mesosystem (hệ thống giữa) theo Bronfenbrenner, sự tương quan lẫn nhau giữa các hệ thống vi mô khác nhau.

metabolic theories (thuyết chuyển hóa) thuyết lão hóa tập trung vào các khía cạnh chuyển hóa của cơ thể như một lý do giải thích tại sao người ta già.

metabolism (sự chuyển hóa) năng lượng để cơ thể hoạt động chức năng.

microsystem (hệ thống vi mô) theo Bronfen-brenner, người và vật đang có mặt trong môi trường trực tiếp của mình.

midlife crisis (khủng hoảng tuổi trung niên) thời điểm đặt nghi vấn tâm lý trong khi người ta đánh giá lại cuộc đời của mình.

monoamine oxidase (MAO) (thuốc ức chế monoamine oxidase) loại thuốc điều trị trầm cảm.

monozygotic twins (trẻ song sinh đơn hợp tử) kết quả khi một trứng được thụ tinh phân chia để tạo thành hai cá thể mới, còn gọi là trẻ song sinh một trứng.

moral reasoning (lập luận đạo đức) nguyên tắc đạo đức mà người ta dùng để giải thích điều mình đang suy nghĩ là hành vi đúng hay sai trong một tình huống cụ thể.

moratorium status (trạng thái tạm ngừng hoạt động) tình trạng nhận dạng trong thuyết của Marcia trong đó trẻ vị thành niên vẫn đang tìm hiểu các biện pháp thay thế khác nhau và chưa tìm ra nhận dạng vừa ý.

motor skills (kỹ năng vận động) cử động phối hợp của cơ và các chi.

mourning (đám tang) cách con người thể hiện sự đau buồn của mình được văn hóa chấp nhận.

multidimensional (đa khía cạnh) tiếp cận trí năng nhận dạng các vùng khả năng trí năng khác nhau.

multidirectionality (tính đa hướng) ám chỉ vấn đề một số khía cạnh trí năng cải thiện và các khía cạnh khác giảm sút trong suốt tuổi trưởng thành.

myelin lớp mỡ bọc quanh tế bào thần kinh để tế bào thần kinh truyền thông tin nhanh hơn.

naturalistic observation (quan sát tự nhiên) hình thức quan sát có hệ thống trong đó người ta được quan sát như họ có hành vi tự phát trong một số tình huống đời thực.

nature–nurture issue (vấn đề tự nhiên – nuôi dưỡng) vấn đề liên quan đến cách trong đó yếu tố di truyền và môi trường ảnh hưởng đến sự phát triển.

neural plate (tấm thần kinh) nhóm tế bào phẳng trong sự phát triển trước khi sinh trở thành não và tủy sống.

neuritic plaques (bản viêm thần kinh) tế bào thần kinh bị thương tổn và chết tụ tập quanh nhân protein.

neurofibrillary tangles (mớ xơ vữa thần kinh) dây chằng bất thường tìm thấy trong nhiều tế bào thần kinh ở người mắc bệnh Alzheimer.

neuron (tế bào thần kinh) đơn vị tế bào cơ bản của não và hệ thần kinh chuyên môn tiếp nhận và truyền thông tin.

neuroticism (loạn thần kinh) khía cạnh nhân cách ám chỉ mức độ cá nhân thường lo âu, thù địch, ý thức về mình, chán nản, bất đồng và dễ bị tổn thương.

neurotransmitters (chất truyền thần kinh) hóa chất do các mầm cuối tiết ra giúp cho các tế bào thần kinh truyền đạt với nhau.

niche–picking (chọn chỗ thích hợp) quá trình tìm kiếm môi trường có cân nhắc tương thích với cấu tạo di truyền của mình.

nonnormative influences (ảnh hưởng không qui phạm) tác động chỉ ảnh hưởng một vài người.

norepinephrine chất truyền thần kinh giúp kiểm soát sự đánh thức, lượng thấp liên quan đến trầm cảm.

normative age–graded influences (ảnh hưởng phân cấp theo độ tuổi qui phạm) tác động ảnh hưởng đến mọi người vào một thời điểm nào đó trong quãng đời.

normative history–graded influences (ảnh hưởng phân cấp theo lịch sử qui phạm) tác động ảnh hưởng đến mọi người trong một thế hệ nhất định vào một thời điểm lịch sử cụ thể.

nuclear family (gia đình hạt nhân) gia đình gồm bố mẹ và con.

obedience orientation (định hướng vâng lời) đặc điểm trong Giai đoạn 1 của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức dựa trên suy nghĩ cho rằng người lớn biết điều gì đúng điều gì sai.

occupational priorities (thứ tự ưu tiên nghề nghiệp) những gì con người muốn trong việc làm của mình.

one–to–one principle (nguyên tắc từng cái một) nguyên tắc đếm phát biểu rằng phải có số 1 và chỉ gọi tên con số 1 khi đếm từng đồ vật.

openness to experience (mở rộng kinh nghiệm) khía cạnh nhân cách thể hiện trí tưởng tượng sinh động và giấc mơ

cuộc đời, hiểu được giá trị nghệ thuật, và rất mong muốn thử làm một việc bất kỳ dù chỉ một lần.

operant conditioning (biến đổi điều kiện ngoại cảnh thực nghiệm) quan điểm tập quen do B. F. Skinner đưa ra, nhấn mạnh phần thưởng và hình phạt.

optimally exercised ability (khả năng tập luyện tối ưu) mức độ thực hiện mà người lớn bình thường, khoẻ mạnh chứng minh trong điều kiện tập luyện tốt nhất.

organic mental retardation (giảm thiểu trí năng hữu cơ) giảm thiểu trí năng có thể là do một rối loạn sinh học hoặc cơ thể cụ thể.

osteoporosis (bệnh loãng xương) căn bệnh trong đó xương bị rỗ giống như tổ ong và rất dễ gãy.

overextension (mở rộng quá mức) khi trẻ xác định từ theo nghĩa rộng hơn người lớn.

overregularization (điều tiết quá mức) sử dụng ngữ pháp từ việc áp dụng các qui tắc vào từ mang tính ngoại lệ đối với qui tắc.

pain cry (tiếng khóc đau đớn) tiếng khóc bắt đầu bằng đợt bùng phát đột ngột, kéo dài, tiếp đến là sự tạm ngưng kéo dài và thở hổn hển.

parallel play (trò chơi song hành) khi trẻ chơi một mình nhưng để ý và quan tâm xem trẻ khác đang làm gì.

Parkinson's disease (bệnh Parkinson) căn bệnh thường gặp ở người già dẫn đến rối loại vận động bao gồm bước đi chậm chạp, khó đứng lên ngồi xuống ghế, và bàn tay run rẩy.

passive euthanasia (cái chết êm ái bị động) giúp người ta chết bằng cách ngăn cản cách điều trị có sẵn.

patronizing speech (lời nói kẻ cả) cách nói với người già mang đặc điểm tốc độ chậm hơn, ngữ điệu nhấn mạnh, âm sắc cao hơn, âm lượng lớn hơn, lặp đi lặp lại, câu hỏi kết thúc đóng, từ vựng và ngữ pháp đơn giản thái quá.

perception (nhận thức) quá trình qua đó não tiếp nhận, chọn lọc, sửa đổi và sắp xếp các xung thần kinh đang đi đến cho kích thích cơ thể.

period of the fetus (giai đoạn thai) giai đoạn dài nhất của sự phát triển trước khi sinh, kéo dài từ tuần thứ 9 đến 38 sau khi thụ thai.

persistent vegetative state (trạng thái thực vật dai dẳng) trạng thái trong đó chức năng hoạt động của vỏ não không còn trong khi hoạt động của cuống não vẫn đang tiếp tục.

personal control beliefs (suy nghĩ kiểm soát cá nhân) suy nghĩ về mức độ sự hoạt động trong một tình huống nằm trong kiểm soát của cá nhân.

personal fable (chuyện bịa đặt cá nhân) thái độ của nhiều trẻ vị thành niên cho rằng kinh nghiệm và suy nghĩ của mình mang tính độc đáo, chưa có người khác trải qua trước đây.

personality–type theory (thuyết Loại nhân cách) quan điểm do Holland đưa ra cho rằng con người nhận thấy công việc được thực hiện trọn vẹn khi các đặc điểm quan trọng của công việc hoặc nghề nghiệp phù hợp với nhân cách của nhân viên.

phenotype (kiểu hình) đặc điểm cơ thể, hành vi và tâm lý có được từ sự tương tác giữa gien và môi trường.

phenylketonuria (PKU) rối loạn di truyền trong đó trẻ sơ sinh thiếu enzyme gan.

phonemes (âm vị) âm thanh trong lời nói dùng để tạo ra từ.

phonological processing (xử lý âm vị) tìm hiểu và sử dụng âm thanh trong ngôn ngữ nói và viết.

placenta (nhau) cấu trúc qua đó dưỡng chất và chất thải được trao đổi qua lại giữa mẹ và con đang phát triển.

plasticity (tính linh động) khả năng có thể sửa đổi bằng một số điều kiện hoặc kinh nghiệm.

polygenic inheritance (sự di truyền đa gien) khi kiểu hình là kết quả của hoạt động kết hợp nhiều gien riêng biệt.

population (dân số) nhóm giữa rộng là tâm điểm nghiên cứu.

population pyramid (kim tự tháp dân số) kỹ thuật biểu đồ được các nhà nhân khẩu học sử dụng để mô tả các xu hướng dân số.

positron emission tomography (chụp các lớp phóng xạ positron) quá trình thể hiện lượng hoạt động trong nhiều vùng khác nhau của não bằng cách giám sát lượng glucose phóng xạ.

possible selves (cái tôi có thể) tượng trưng cho những gì cá nhân có thể trở thành, những gì cá nhân muốn trở thành và những gì cá nhân sợ phải trở thành.

postconventional level (cấp hậu qui ước) cấp thứ ba trong lập luận trong thuyết của Kohlberg, trong đó đạo đức dựa trên tiêu chuẩn đạo đức cá nhân.

postformal thought (suy nghĩ hậu chính thức) suy nghĩ có đặc điểm thừa nhận rằng câu trả lời đúng có thể khác nhau trong từng tính huống, rằng cách giải quyết vấn đề phải thực tế, rằng hầu hết tình huống đều mơ hồ, và cảm xúc và các yếu tố chủ quan khác là một bộ phận quan trọng trong suy nghĩ.

power assertion (khẳng định uy quyền) hình phạt dựa vào việc bố mẹ có uy quyền nhiều hơn con.

practical intelligence (trí năng thực hành) kỹ năng và kiến thức cần thiết cho con người hoạt động chức năng trong đời sống hàng ngày.

preconventional level (cấp tiền qui ước) cấp đầu tiên trong lập luận trong thuyết của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức dựa trên các tác động bên ngoài.

prenatal development (sự phát triển trước khi sinh) nhiều thay đổi làm cho một trứng đã thụ tinh biến thành một con người mới sinh.

presbycusis (lão thính) mất khả năng nghe âm thanh âm sắc cao.

preterm (premature) (non) trẻ sơ sinh sinh ra trước tuần thứ 36 sau khi thụ thai.

primary circular reaction (phản ứng vòng sơ cấp) theo Piaget, khi trẻ con vô tình tạo ra các sự kiện thích thú tập trung vào cơ thể rồi sau đó cố tái tạo sự kiện.

primary mental abilities (khả năng suy nghĩ thứ cấp) nhóm kỹ năng suy nghĩ liên quan, như kỹ năng không gian và kỹ năng Toán học.

private speech (lời nói riêng) nhận xét không ám chỉ người khác nhưng với mục đích giúp trẻ con điều tiết hành vi của mình.

proactivity (tính đồng thuận) khi người ta chọn hành vi mới để đáp ứng yêu cầu hoặc nhu cầu mới.

processes of thinking (quá trình suy nghĩ) xử lý thông tin, trí nhớ, trí năng linh động.

products of thinking (sản phẩm suy nghĩ) kết quả áp dụng vào suy nghĩ, khả năng chuyên môn.

programmed cell death theories (thuyết chết tế bào được lập trình) thuyết cho rằng lão hóa được lập trình về mặt di truyền.

prosocial behavior (hành vi ủng hộ xã hội) một hành vi bất kỳ làm lợi cho người khác.

proximodistal principle (nguyên tắc cận – xa tâm) nguyên tắc cho rằng sự

phát triển trước tiên xảy ra từ phần trung tâm cơ thể rồi sau đó mới đến các phần xa nhất.

pseudodementia (mất trí giả) căn bệnh có thể điều trị giống như các triệu chứng ban đầu của bệnh Alzheimer hoặc các rối loạn liên quan.

psychodynamic theories (thuyết Tâm lý động học) thuyết trong đó hành vi con người được cho là do động cơ và xu hướng dẫn dắt mang tính bên trong và thường không ý thức.

psychological forces (tác động tâm lý) tất cả yếu tố nhận thức bên trong, nhận thức, cảm xúc và nhân cách ảnh hưởng đến sự phát triển.

psychomotor speed (tốc độ tâm thần vận động) tốc độ mà con người ra một phản ứng cụ thể.

psychosocial theory (thuyết tâm lý xã hội) thuyết do Erik Erikson đưa ra trong đó sự phát triển nhân cách là do sự tương tác giữa sự trưởng thành và các yêu cầu xã hội.

puberty (tuổi dậy thì) tập hợp những thay đổi của cơ thể đánh dấu sự bắt đầu tuổi vị thành niên, như sự phát triển của ngực hoặc tinh hoàn và sự phát triển bùng phát.

punishment (hình phạt) áp dụng cho kích thích có hại (như đánh đích) hoặc gỡ bỏ một kích thích hấp dẫn (như xem TV).

purpose (mục đích) theo Erikson, sự cân đối giữa sáng kiến cá nhân và sự sẵn sàng hợp tác với người khác.

rapid eye movement (REM) sleep (giấc ngủ mắt cử động nhanh) giấc ngủ trong đó mắt của trẻ con chớp thật nhanh bên dưới mi mắt.

reasonable woman standard (tiêu chuẩn phụ nữ hợp lý) tiêu chuẩn pháp lý thích hợp để xác định liệu có sự quấy rối tình dục hay không dựa theo phụ nữ hợp lý có nhận xét hành vi mang tính quấy rối hay không.

recessive (lặn) gien tương ứng có những hướng dẫn bị xem nhẹ khi kết hợp với một gien tương ứng trội.

recognition (sự nhận ra) công việc nhớ đòi hỏi sự chọn lọc các hạng mục đúng trong một danh sách gồm các chọn lựa đúng và sai, một minh họa là trắc nghiệm có nhiều câu trả lời để chọn.

referential style (kiểu tham khảo) kiểu tập quen ngôn ngữ mô tả trẻ con có vốn từ vựng chủ yếu là tên đồ vật, con người hoặc hành động.

reflective judgment (đánh giá phản ảnh) lập luận về tình huống khó xử mang đặc điểm nhận biết sự tìm kiếm sự thật là cuộc hành trình đang diễn ra, không hề kết thúc.

reflexes (phản xạ) phản ứng không tập quen do kích thích cụ thể gợi ra.

regular (nonREM) sleep (giấc ngủ đều – không phải REM) giấc ngủ trong đó nhịp tim đập, hơi thở và hoạt động của não ổn định.

reinforcement (sự củng cố) kết quả gia tăng khả năng một hành vi có thể lặp đi lặp lại trong tương lai.

reinvolvement with personal past (quan tâm quá khứ cá nhân thêm lần nữa) nghĩa là ông bà rút ra từ việc nhớ lại mối quan hệ mình có với ông bà của chính mình.

reliability (tính đáng tin) khi áp dụng vào trắc nghiệm, khi điểm số trắc nghiệm không đổi trong các lần trắc nghiệm.

resistant attachment (quyến luyến chống đối) mối quan hệ trong đó, sau thời gian chia tay ngắn, trẻ muốn được ẵm nhưng khó dỗ.

retinal disparity (sự chênh lệch võng mạc) cách ám chỉ chiều sâu dựa trên sự

phát triển khác nhau trong hình ảnh hiện trên võng mạc ở mắt trái và phải.

returning adult students (sinh viên người lớn trở lại trường học tiếp) sinh viên đại học trên tuổi 25.

rites of passage (nghi thức đi qua) nghi thức đánh dấu sự bắt đầu một giai đoạn phát triển mới, như tuổi trưởng thành chẳng hạn.

role transitions (sự chuyển tiếp vai trò) đảm nhận trách nhiệm và bổn phận mới khi một người thay đổi từ giai đoạn phát triển này như tuổi vị thành niên) sang một giai đoạn phát triển khác (như tuổi trưởng thành).

sample (mẫu) tập hợp con của một dân số.

sandwich generation (thế hệ kẹp giữa) người lớn tuổi trung niên giữa hai thế hệ (bố mẹ và con) đòi hỏi yêu cầu và áp lực đối với họ.

scaffolding (bắc giàn) cách dạy trong đó người lớn điều chỉnh lượng hỗ trợ mà mình đưa ra theo nhu cầu của học viên.

scenario (kịch bản) cấu trúc quãng đời bao gồm kỳ vọng về tương lai.

scheme (sơ đồ) theo Piaget, cấu trúc suy nghĩ sắp xếp thông tin và điều tiết hành vi.

scripts (vết nhớ) phương tiện qua đó người ta nhớ các sự kiện thông thường gồm các chuỗi hoạt động.

secondary circular reaction (phản ứng vòng thứ cấp) theo Piaget, khi trẻ vô tình dùng đồ vật tạo ra được sự kiện hấp dẫn và sau đó cố lặp lại những sự kiện ấy.

secondary memory (trí nhớ thứ cấp) khả năng nhớ số lượng thông tin tương đối lớn từ vài giây đến vài phút.

secondary mental abilities (khả năng suy nghĩ thứ cấp) các nhóm rộng của khả năng suy nghĩ sơ cấp liên quan.

secular growth trends (xu hướng phát triển thế tục) vấn đề con người trong các xã hội công nghiệp cao to hơn và trưởng thành sớm hơn các thế hệ trước.

secure attachment (quyến luyến yên tâm) mối quan hệ trong đó trẻ con tin cậy và lệ thuộc vào mẹ.

selective serotonin reuptake inhibitors (SSRIs) (thuốc ức chế tái hấp thu serotonin chọn lọc) loại thuốc để điều trị trầm cảm làm thay đổi sự cân bằng serotonin trong não.

selectivity (tính chọn lọc) khi được áp dụng vào chú ý phải khả năng chọn lấy thông tin quan trọng từ thông tin không liên quan trong môi trường.

self-efficacy (tự thể hiện tiềm năng) niềm tin cho rằng người ta có khả năng thực hiện một số công việc.

self reports (báo cáo cái tôi) câu trả lời của con người đối với câu hỏi về chủ đề quan tâm.

sensorimotor period (giai đoạn vận động nhận cảm) giai đoạn đầu tiên trong bốn giai đoạn phát triển nhận thức của Piaget, kéo dài từ lúc mới sinh đến khoảng 2 tuổi.

sequential design (thiết kế theo chuỗi) thiết kế nghiên cứu phức tạp bao gồm nhiều thiết kế cắt ngang hoặc theo chiều dọc.

serotonin chất truyền thần kinh điều tiết trung tâm não giúp cho người ta cảm nhận được sự thích thú.

sex chromosomes (nhiễm sắc thể giới tính) đôi nhiễm sắc thể thứ 23, xác định giới tính của trẻ.

sex discrimination (đối xử phân biệt giới tính) không giao việc cho một người chỉ với lý do người ấy là nam hay nữ.

sickle-cell trait (đặc điểm tế bào hình liềm) rối loạn trong đó cá nhân chỉ biểu

hiện các dấu hiệu thiếu máu nhẹ khi bị thiếu oxy nghiêm trọng, xảy ra ở những cá nhân có một gien tương ứng trội đối với hồng cầu bình thường và một gien tương ứng tế bào hình liềm lặn.

simple social play (trò chơi xã hội đơn giản) trò chơi bắt đầu ở tuổi 15-18 tháng, trẻ biết đi chập chững tham gia các hoạt động giống nhau cũng như trò chuyện và mỉm cười với nhau.

skilled nursing care (chăm sóc điều dưỡng kỹ năng) chăm sóc 24/24 đòi hỏi phải thường xuyên giám sát và cung cấp các dịch vụ chăm sóc y tế và thuốc men khác, thường là do điều dưỡng phụ trách.

sleeping (ngủ) trạng thái trong đó trẻ con cứ luân phiên từ trạng thái tĩnh, thở đều sang thở nhẹ, không đều, trong đó mắt cứ nhắm suốt.

sociability (tính xã hội) khía cạnh tính khí được xác định bằng sở thích hợp tác với người khác.

social clock (đồng hồ xã hội) khi người lớn kết hợp sự kiện tương lai bằng thời gian hoặc độ tuổi qua đó họ nghĩ là sẽ thực hiện được.

social contract (giao kèo xã hội) đặc điểm trong Giai đoạn 5 của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức dựa trên suy nghĩ cho rằng luật pháp là để tạo ra điều tốt cho mọi thành viên trong xã hội.

social convoy (hộ tống xã hội) nhóm người cùng cuộc hành trình trong suốt đời và hỗ trợ lẫn nhau trong mọi thời điểm dù tốt hay xấu.

social cognitive theory (thuyết Nhận thức xã hội) quan điểm cho rằng suy nghĩ cũng như củng cố và hình phạt trực tiếp, đóng một phần quan trọng trong việc định dạng hành vi.

social referencing (tham khảo xã hội) hành vi trong đó trẻ con trong môi trường xa lạ hoặc mơ hồ thường nhìn quanh để tìm bố hoặc mẹ, như thể việc tìm kiếm gợi ý sẽ giúp đứa trẻ hiểu được tình hình.

social role (vai trò xã hội) tập hợp các hướng dẫn văn hóa về cách con người hành xử ra sao nhất là đối với người khác.

social smiles (nụ cười xã hội) nụ cười mà trẻ con tạo ra khi đứa trẻ nhìn thấy khuôn mặt người.

social systems morality (đạo đức hệ thống xã hội) đặc điểm trong Giai đoạn 4 của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức trên cơ sở duy trì trật tự trong xã hội.

sociocultural forces (tác động văn hóa xã hội) tất cả yếu tố giữa cá nhân với nhau, xã hội, văn hóa và dân tộc ảnh hưởng đến sự phát triển.

socioemotional selectivity (tính chọn lọc cảm xúc xã hội) cách duy trì sự tiếp xúc xã hội do nhiều mục tiêu làm động cơ thúc đẩy, bao gồm tìm kiếm thông tin, khái niệm về cái tôi và điều tiết cảm xúc.

somatic symptoms (triệu chứng soma) thay đổi liên quan đến thời kỳ tắc dục và thời kỳ mãn kinh không liên quan đến những thay đổi kích tố động dục như khó ngủ, nhức đầu, tim đập nhanh, cứng hoặc đau khớp, cổ hoặc vai.

spaced retrieval (truy cập cách quãng) sự can thiệp trí nhớ bao gồm dạy cho người bệnh Alzheimer cách nhớ thông tin mới bằng cách dần dần tăng thời gian giữa các lần truy cập.

specification (cụ thể hóa) phân đoạn hai trong thuyết phát triển nghề nghiệp của Super trong đó trẻ vị thành niên tìm hiểu nhiều hơn về đặc điểm cụ thể của công việc và bắt đầu tập luyện.

spiritual support (hỗ trợ tinh thần) loại thích ứng trong đó người ta tìm sự chăm sóc của mục sư nhất là trong các hoạt động tôn giáo có tổ chức và không tổ chức, bày tỏ đức tin vào Chúa là người đang chăm sóc con người.

stable-order principle (nguyên tắc thứ tự ổn định) nguyên tắc đếm phát biểu rằng tên con số phải luôn được đếm theo cùng thứ tự.

stagnation (sự ngưng trệ) theo Erikson, tình trạng trong đó người ta không thể giải quyết nhu cầu của con mình và không thể tư vấn những người đầu tuổi trưởng thành.

status offense (phạm tội pháp lý) một hành động không phải là tội phạm nếu do người lớn phạm phải chẳng hạn như trốn học và bỏ nhà đi.

stranger anxiety (sợ người lạ) dấu hiệu sợ đầu tiên dễ phân biệt xuất hiện khoảng 6 tháng tuổi khi đứa trẻ cảnh giác trước sự có mặt của người lớn lạ.

stress and coping paradigm (căng thẳng và mô hình thích ứng) khuôn khổ thịnh hành dùng để nghiên cứu căng thẳng.

strokes (đột quỵ) sự gián đoạn dòng chảy của máu trong não do động mạch não bị tắt nghẽn.

structured observations (quan sát theo cấu trúc) bối cảnh được nhà nghiên cứu tạo ra có khả năng gợi ra hành vi quan tâm sao cho có thể quan sát hành vi này.

sudden infant death syndrome (SIDS) (hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh) tình huống trong đó trẻ sơ sinh khỏe mạnh chết đột ngột không rõ lý do.

superego (cái siêu ngã) theo Freud, thành phần đạo đức trong nhân cách kết hợp tiêu chuẩn cái đúng và cái sai ở người lớn.

systematic observation (quan sát có hệ thống) bao gồm quan sát người khác và cẩn thận ghi lại điều họ nói hoặc việc họ làm.

telegraphic speech (lời nói điện tín) lời nói ở trẻ con còn nhỏ chỉ gồm có những từ cần thiết để phát ra thông điệp.

temperament (tính khí) mẫu hoặc kiểu hành vi nhất quán.

terminal buttons (mầm cuối) các cục u nhỏ ở đầu sợi trục tiết ra chất truyền thần kinh.

teratogen (tác nhân gây quái thai) tác nhân gây ra sự phát triển bất thường trước khi sinh.

tertiary circular reaction (phản ứng vòng bậc ba) theo Piaget, việc lặp lại các sơ đồ cũ bằng các vật mới.

tertiary memory (trí nhớ bậc ba) khả năng năng nhớ thông tin trong một thời gian rất dài, từ vài tiếng đến nhiều năm.

theory (thuyết) tập hợp các khái niệm có sắp xếp giải thích sự phát triển.

theory of mind (thuyết Trí tuệ) khái niệm về sự kết hợp giữa suy nghĩ, niềm tin, dự định và hành vi tạo ra một sự hiểu biết trực giác về sự liên kết giữa trí tuệ và hành vi.

time-out hình phạt bao gồm việc đưa trẻ đang có hành vi kém từ một tình huống sang một môi trường yên tĩnh, không kích thích. **toddlers** (trẻ biết đi chập chững) trẻ con còn nhỏ đang tập đi.

toddling (sự biết đi chập chững) hình thức tập đi ban đầu, không vững của trẻ con.

type A behavior pattern (mẫu hành vi loại A) thể hiện tính ganh đua, giận dữ thù địch, hiếu động, gây hấn và thiếu kiên nhẫn đang diễn ra.

type B behavior pattern (mẫu hành vi loại B) thể hiện tính không ganh đua, điềm tĩnh, không gây hấn và kiên nhẫn.

ultrasound (siêu âm) kỹ thuật chẩn đoán trước khi sinh làm sóng âm dội từ thai ra tạo ra hình ảnh của thai.

umbilical cord (dây rốn) cấu trúc gồm tĩnh mạch và động mạch nối trẻ con (thai) đang phát triển với nhau (rau).

underextension (sự mở rộng quá ít) khi trẻ con xác định từ hẹp hơn người lớn.

unexercised ability (khả năng không tập luyện) mức độ thực hiện mà cá nhân thể hiện không có tập luyện hoặc rèn luyện.

universal ethical principles (nguyên tắc đạo đức phổ biến) đặc điểm trong Giai đoạn 6 của Kohlberg, trong đó lập luận đạo đức dựa trên các nguyên tắc đạo đức được áp dụng cho tất cả.

universal–context-specific development issue (vấn đề phát triển phổ biến và cụ thể theo từng bối cảnh) vấn đề liệu có một hay nhiều con đường phát triển.

useful life expectancy (tuổi thọ hữu dụng) số năm một người không bị giảm sút và bệnh mãn tính làm co bất lực.

validity (tính giá trị) được áp dụng cho các trắc nghiệm, mức độ trắc nghiệm đánh giá những gì được cho là cần đánh giá.

valued elder (người già đánh giá) thân thế mà ông bà rút ra được từ tình trạng được người khác xem là hiểu biết.

vascular dementia (mất trí mạch máu) bệnh do nhiều sự cố nhỏ trong mạch máu não gây ra.

very low birth weight (trọng lượng sinh rất thấp) trẻ sơ sinh trọng lượng chưa đến 1.500g (3 cân Anh).

visual acuity (độ tinh thị giác) mẫu nhỏ nhất mà người ta có thể phân biệt rõ.

visual cliff (vách thị giác) nền phủ kính trông có vẻ như có một cạnh "nông" và một cạnh "sâu", dùng để tìm hiểu nhận thức về độ sâu của trẻ.

vocational maturity (trưởng thành trong nghề nghiệp) mức độ phù hợp giữa độ tuổi của một người với hành vi nghề nghiệp của người ấy.

waking activity (hoạt động lúc thức) trạng thái trong đó mắt của trẻ đang mở nhưng dường như không tập trung, chân tay cử động theo các đợt cử động không phối hợp.

wear–and–tear theory (thuyết Mặc và mòn) thuyết Lão hóa cho rằng cơ thể giống như cỗ máy dần dần xuống cấp qua thời gian và sau cùng kiệt sức.

will (ý muốn) theo Erikson, trẻ con còn nhỏ hiểu biết rằng mình có thể cố ý tác động đến thế giới, xảy ra khi tính tự quản, hỗ thẹn và hoài nghi đang cân bằng.

work-family conflict (mâu thuẫn công việc – gia đình) cảm giác bị kéo theo nhiều hướng của các yêu cầu khác nhau giữa công việc và gia đình.

working memory (trí nhớ hoạt động) loại trí nhớ trong đó có thể lưu trữ một số lượng nhỏ hạng mục trong thời gian ngắn.

zone of maximum performance potential (vùng khả năng hoạt động tối đa) trong thuyết áp lực môi trường, vùng trong đó sự gia tăng một ít trong áp lực thường cải thiện được hoạt động.

zone of maximum comfort (vùng dễ chịu tối đa) trong thuyết áp lực môi trường, vùng nơi có sự giảm bớt một ít áp lực giúp người ta sống hạnh phúc không phải lo lắng về các yêu cầu của môi trường.

zone of proximal development (vùng phát triển đầu gần) sự khác biệt giữa những gì trẻ con có thể làm được khi được người khác giúp và những gì trẻ con có thể làm được một mình.

zygote (hợp tử) trứng thụ tinh.

